



In dieser Ausgabe:

team-f.at

Für DICH...
GRATIS
zum
Mitnehmen

- ➔ S. 2 Editorial
- ➔ S. 3 Ist Dank-barkeit tank-bar?
- ➔ S. 4 Familienrituale mit Kindern
- ➔ S. 7 Seminarvorschau 2023
- ➔ S. 7 Unterstütze uns

Liebe Freundin/lieber Freund von TEAM.F Österreich!

Wer sehnt sich nicht nach Ruhe und Stille in einer stressigen Zeit, wo der Terminkalender jeden Tag zugeplant ist! Wir fiebern auf das freie Wochenende hin, auf den Sommerurlaub, die geplante Auszeit in ein paar Wochen...

Doch die Wahrheit ist, dass wir MEHR brauchen als das.

Wir brauchen jeden Tag einen Ankerpunkt, wo wir uns neue Kraft holen und alles loslassen können, was uns zu schaffen macht. Dieser wichtige Anker ist Jesus! Er ist da und wartet nur darauf, dass du bei ihm andockst. Dies muss keine große Sache sein, keine ganze Stunde oder besondere Rituale. Komm einfach so wie du bist zu IHM! Wenn du aufwachst, auf dem Weg zur Arbeit, die ersten 5 Minuten deiner Mittagspause, wenn du auf den nächsten Kunden wartest, bei der roten Ampel, in der Warteschlange zur Supermarktkasse... Es gibt so viele kleine Möglichkeiten den ganzen Tag über!

Sobald du mit Ihm im Kontakt bist, fließt alles ab, was dich stresst und gleichzeitig werden deine Batterien neu aufgefüllt. Dieser Austausch gelingt noch besser, wenn wir eine dankbare Geisteshaltung einnehmen. Dankbarkeit öffnet das Herz, lässt uns besser fühlen, was wichtig ist und was eigentlich weniger Aufmerksamkeit bedarf. Danken bringt uns Erkenntnisse, Klarheit und Frieden, weil wir dahin schauen, was wir in unserem Leben schon alles empfangen haben. Diese Art des Tankens ist unser Wesenskern, den Gott von Beginn an in uns hineingelegt hat, den die „laute“ Welt des Alltags aber sehr oft übertönt.

Wir möchten dich ermutigen, dir viele kleine Oasen über den Tag verteilt zu schaffen, wo

du mit Gott in Verbindung trittst und so auf-danken kannst!

Alles Liebe und einen schönen Sommer

wünscht dir TEAM.F Österreich



© astrosystem - stock.adobe.com

TEAM.F Österreich steht für...

FAMILIEN

Stärkung des Miteinanders durch Austausch mit anderen Familien.

PAARE

Wichtige Impulse für das Gelingen Eures Paar-Seins.

FRAUEN

Selbstfürsorge und neue Blickwinkel stärken Deine Persönlichkeit.

MÄNNER

Mut und frische Energie für Deinen Alltag und Deine Familie.

LEBENSHILFE

Antworten und Zuspruch in emotionalen Krisenzeiten.

... Seminare für Dich!

team-f.at



Ist Dank-barkeit tank-bar?

„Die gesündeste aller menschlichen Emotionen ist die Dankbarkeit.“

Diese Worte stammen vom Mediziner und Stressforscher Hans Selye.

Ich bin viel auf der Straße unterwegs und immer wieder gibt es Situationen, wo ich nur sage: „Boah, danke Jesus für die Bewahrung!“ Dieses tiefe innere Gefühl von Erleichterung und Frohsinn, vielleicht kennst du das auch? Oder du warst beim Arzt, wartest auf einen Befund...und er ist negativ! Wir alle kennen solche Situationen.

Leider geht uns diese Dankbarkeit im Alltag manchmal verloren.

Wäre doch lustig, wenn man wie beim Benzin oder Diesel, oder auch bei den E-Autos, einfach wohin fahren könnte, den Tankstutzen in sein Herz reinsteckt und voll-dankt!

Beim Auto machen wir das, weil wir wissen, wenn wir nicht auf-tanken, dann ist's schnell zu Ende mit der geplanten Fahrt.

Die gute Botschaft für DICH heute: Es GIBT diese Dank-stelle! Du denkst jetzt wahr-

scheinlich: „ Jo sicha, des woas i eh! Des is Jesus!“ Stimmt, genau dort darfst/sollst du aufdanken.

Warum ist das so wichtig?

Weil es der Wille Gottes ist. Dies lesen wir in 1. Thess. 5,18.

Christen stellen häufig die Frage: „Was ist denn der Wille Gottes für mein Leben?“

Hier finden wir **eine** Antwort.

Hier heißt es: „Saget Dank Gott IN ALLEN DINGEN, denn DAS ist der Wille Gottes in Christus FÜR EUCH.“

♥ In allen Dingen: Ich brauche Gott nicht FÜR schlimme Dinge zu danken, aber ich darf ihm danken IN all dem, was ich erlebe, weil ER den Sieg bereits errungen hat.

♥ Das ist der Wille Gottes für euch: Wille (griech.) kommt von „theleo“ = Wunsch, Freude, Vergnügen.

Wille klingt in unserer Sprache oft aufoktroyiert, aber hier heißt das ursprüngliche Wort, dass es Gottes Freude, sein Vergnügen ist, wenn wir dankbar sind.

WIR brauchen die Dankbarkeit. WARUM?

1. Es berührt das Herz Gottes, so wie einen Vater, wenn sein Kind sagt: „Danke Papa“!
2. Weil es unser Herz weich und offen macht gegenüber Gott und auch gegenüber uns selbst und unseren Mitmenschen. Es macht uns hoffnungsvoll und glaubend, weil wir damit zum Ausdruck bringen, dass wir an die Güte und Treue eines guten und gerne ge-

benden Vaters glauben. Und das beginnt oftmals mit einer Entscheidung am Morgen.

Ich mach's beim Autofahren und ich merke immer wieder, wie mein Herz plötzlich eine andere Ausrichtung bekommt, es wird weicher, entspannter...probier's aus! Am Anfang kommt man sich vielleicht vor wie ein Heuchler, aber mach es zu einer Gewohnheit.

Wie das geht? Jeden Morgen die nächsten 21 Tage, bevor du aufstehst und die Kaffeemaschine anwirfst, sag ihm einfach DANKE für einen neuen Tag, dass er in deinem Leben ist, für sein Werk am Kreuz, die Menschen in deinem Leben... - es gibt genug Gründe!

(*Querverweis: Eph. 5, 20; Phil. 4, 6-7, Kol. 1, 12*)

PS: Ich würde mich über Feedback freuen, wie es dir damit gegangen ist! Schreib gerne eine Mail an medien@team-f.at



Natascha Erhardt

49 Jahre alt, lebt in Vöcklabruck,
Lehrerin an einer Volksschule in Wels,
ist ein „Menschenmensch“.



Familienrituale mit Kindern

Wie kann ich mit meinen Kindern das Danken üben bzw. sie an dieses Thema heranzuführen? Diese Frage stellte ich mir öfter, als die Kinder noch klein waren, denn schließlich sollten sie erkennen können, unter welchen privilegierten Verhältnissen sie hier in unserer westlichen Gesellschaft groß wurden. Heute würde ich als junge Mutter oder junger Vater noch viel mehr Wert darauf legen, Familienrituale einzuführen, um meiner Dankbarkeit gemeinsam mit meinen Kindern Ausdruck zu verleihen. Da gibt es da mehrere Möglichkeiten: manche für jeden Tag, andere bei besonderen Gelegenheiten.

Gebete

Eine gute Möglichkeit für den täglichen Ausdruck der Dankbarkeit ist sicherlich das Beten zu den unterschiedlichsten Tageszeiten und Gelegenheiten: morgens vielleicht beim Wecken ein kurzes gemeinsames Gebet für die gute Nacht, die das Kind hatte, mittags bzw. abends das Dankgebet für die gute Mahlzeit und das Beisammensein in dem Moment (kann auch gerne als kurzes Lied oder indem man sich an den Händen hält geschehen). Gelegenheit für das Einführen von Regelmäßigem bietet sich natürlich abends beim Zubettgehen mit einem gemeinschaftlichen Dankgebet für den Tag. Schön ist da-



© Irina Schmidt - stock.adobe.com

bei, sich zusammen die Highlights des Tages vor Augen zu führen und für die erlebten Bewahrungen und Geschenke Gottes zu danken. Das Gebet darf natürlich auch bei besonderen Gelegenheiten im Jahresverlauf nicht fehlen, seien es Geburtstage oder andere Familienfeste, seien es Schularbeiten oder Prüfungen jeglicher Art, die die Kinder gemeistert haben.

Lieder

Eine andere Gelegenheit für Dankesworte findet sich im gemeinsamen Singen von Lobpreisliedern, wie z.B. dem Lied „Danke für diesen guten Morgen“ oder „Hast du heute schon Danke gesagt?“.

Spiele

An regnerischen Nachmittagen oder einfach bei ein bisschen mehr gemeinsamer Zeit bieten sich auch Spiele an, wie z.B. „Dankes-



© Drazen - stock.adobe.com

ball“, bei dem jemandem ein Ball zugeworfen wird und die Person, die ihn bekommt, sich etwas überlegen und sagen soll, wofür sie dankbar ist. Auf dem Spielplatz oder am Strand könnte auch die Hand in den Sand gemalt werden und dann in jeden Finger ein Grund zum Danken hineingeschrieben oder gemalt werden.

Anregungen dazu bietet die Schöpfung wahrlich genug und auch wenn man als Eltern die Kinder auf das Alltägliche aufmerksam macht und dafür Dankbarkeit zeigt, sind wir den Kindern gute Vorbilder. Ein Waldspaziergang unter einer konkreten Fragestellung, wie beispielsweise „Was hörst du?“ oder „Was riechst du?“ etc. sind ebenfalls ein guter Anlass, die Aufmerksamkeit der Kinder sowohl auf ganz spezielle als auch ganz alltägliche Dinge zu richten und dann Gott dafür zu danken.

Geschichten

Wenn die Kinder krank sind oder in kuscheligen gemeinsamen Momenten, ist es immer schön, den Kindern Geschichten vorzulesen: Geschichten zum Thema Dankbarkeit finden sich viele im Netz - einfach mal browsen.

Viel Erfolg bei diesem sehr dankbaren Thema!



Kirsten Deutsche

unterrichtet Deutsch als Fremdsprache, seit vielen Jahren verheiratet mit Uli, Mutter dreier erwachsener Töchter.

ELTERN-KIND-WOCHENENDE

*Für Hochsensible
(6 - 16 Jahre)*

- Termin:** Fr. 23.06. - So. 25.06.2023
Ort: Haus der Begegnung
 4824 Gosau
Beginn: 18:00 Uhr (inkl. Abendessen)
Ende: 14:00 Uhr (inkl. Mittagessen)
Leitung: Klaudia Kindslehner & Team
Kosten: 310,00 €/pro Paar
Leistung: VP, Seminargebühr, Seminarunterlagen, Kindergruppen, Impulse für Eltern



Hochsensibilität ist eine neurologische Beschaffenheit, die gleichzeitig Grundlage vieler wunderbarer Begabungen ist. Manche Kinder fallen durch diese Sensibilität auf. Sie sind überdurchschnittlich schüchtern oder verhaltenskreativ, passen nicht in eine Gruppe und wirken ohne Begründung gestresst oder unglücklich. Oft spiegelt unser Kind aber auch etwas von uns selbst wider und es wird uns dadurch ein Spiegel vorgehalten. In diesem Seminar kannst du mit deinem Kind ein entspanntes Wochenende verbringen (Vater oder Mutter & Sohn oder Tochter) und erhältst wertvolle Tipps für das Verstehen, Begleiten und den Umgang mit diesen Kindern, damit sie sich seelisch gesund entwickeln können. Aber auch du selbst darfst viel über deine eigene Hochsensibilität und den Umgang damit lernen.

**JETZT
BUCHEN!**



Seminarvorschau 2023

Familien-Erlebniswoche

Edtbauernalm/OÖ

Termin: 6.8. - 12.8.2023
Ort: Landes-Jugendhaus
 Edtbauernalm/OÖ

Beginn: 18:00 Uhr
Ende: 09:30 Uhr

Leitung: Familien Mall, Pointner und Kirth

Kosten: 380 €/Erwachsene
 320 €/Kind (10 - 17 Jahre)
 280 €/Kind (4 - 9 Jahre)

Leistung: VP, Aktivprogramm, Ausrüstung, Seminar-
 gebühr, Mehrbettzimmer mit Stockbetten
Anmeldeschluss: 1.7.2023



Der Vater - Ein Fels in der Brandung

4580 Windischgarsten/OÖ

Termin: 22.9. - 24.9.2023
Ort: Evangelisches Freizeitheim
 4580 Windischgarsten/OÖ

Beginn: 18:00 Uhr (inkl. Abendessen)
Ende: 14:00 Uhr (inkl. Mittagessen)

Leitung: Alois Kindslehner mit Team

Kosten: 205 €/Paar (Anmeldung bis 22.8.2023)
 215 €/Paar (Anmeldung ab 23.8.2023)

Leistung: VP, Programm, Unterkunft 4-Bett-Zimmer
Anmeldeschluss: 5.9.2023



Frauen unter sich

2651 Reichenau a. d. Rax

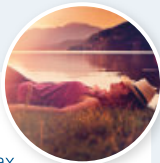
Termin: 29.9. - 01.10.2023
Ort: Seminarhotel Flackl-Wirt
 2651 Reichenau a. d. Rax

Beginn: 18:00 Uhr (inkl. Abendessen)
Ende: 14:00 Uhr (inkl. Mittagessen)

Leitung: Petra Regl, Natascha Erhardt und Team

Kosten: 250 €/Person (Anmeldung bis 28.8.2023)
 260 €/Person (Anmeldung ab 29.8.2023)

Leistung: Vollpension, Seminaregebühr
 Materialbeitrag für Workshops
Anmeldeschluss: 13.09.2023



Männer BERGtour

4830 Hallstatt/Echerntal (OÖ)

Termin: 29.9. - 01.10.2023
Ort: Wiesberghaus auf
 1.884 m Höhe, Dachstein
 4830 Hallstatt/Echerntal (OÖ)

Beginn: 15:00 Uhr
Ende: 16:00 Uhr

Leitung: Herbert Holzinger, Manfred Astleithner

Kosten: 150 €/Person

Leistung: 2 x Übernachtung mit Halbpension im
 Wiesenberghaus und Seminaregebühr
Anmeldeschluss: 15.9.2023



Unterstütze uns!

Unterstütze unsere Projekte mit einem beliebigen Betrag. Wir freuen uns über Deine Zuwendung.

Spendenkonto:

Volksbank Oberösterreich AG
 IBAN: AT08 4480 0371 5257 0001
 BIC: VBWEAT2WXXX



1. Banking-App öffnen
2. Code scannen
3. Spenden



team-f.at/unterstuetzen

Besuche uns online auf Facebook,
Instagram und auf unserer Website - finde
aktuelle Infos und Inhalte aus dem Heft.



© Masson - stock.adobe.com

Anmeldung zu unseren Seminaren unter

TEAM.F – Büro
Kremsmünstererstr. 2b
4532 Rohr

E-Mail: info@team-f.at
Telefon: 0677 / 62 68 81 77
Internet: www.team-f.at



Dein gewünschtes Seminar online:

Unter team-f.at/veranstaltungen findest Du
alle aktuellen und anstehenden Seminare
und Veranstaltungen.

Buche sofort online, wenn Dich ein
Seminar anspricht!

Wir freuen uns auf Dich!



Team-f.at/veranstaltungen

Scan me



© pikabay.com

Ausgabe Nr. 127 (28. Jahrgang)
Verlagspostamt 4844 Regau
Erscheinungsort 4844 Regau

Herausgeber und Bestelladresse
TEAM.F – Neues Leben für Familien
Kremsmünstererstr. 2b, 4532 Rohr
Tel. +43 677 / 62 68 81 77
info@team-f.at, www.team-f.at

Redaktion
Team für Öffentlichkeitsarbeit

Design & Realisation
www.soerendaniel.de

TEAM.F aktuell
... erscheint kostenlos mehrmals im
Jahr. Für den Inhalt anderer Beilagen
ist TEAM.F nicht verantwortlich.

Spendenkonto:
Volksbank Oberösterreich AG
IBAN: AT08 4480 0371 5257 0001
BIC: VBWEAT2WXXX

Paypal:
team-f.at/unterstuetzen