

newsletter

Das Informationsblatt von FamilyLife Schweiz

Ausgabe Dezember 2009

Wie am besten festen?

Von Anette Götz



Familienfeste müssen nicht nur schwierig sein.

Und hier unser traditionelles Gebäck für Weihnachten, Ostern, runde Geburtstage und andere Familienfeste. Man nehme:

- 500 g Familienfest
- 200 g Erwartungen (bei Bedarf auch mehr)
- 100 g saftige Kritik
- 2 erschöpfte Erwachsene
- 2 grüne Teenager
- 1 überreife Schwiegermutter

... und mische alles sorgfältig auf. Mindestens 2 Stunden unbearbeitet kalt stellen. Anschliessend noch einen ordentlichen Schuss Alkohol dazu, dann die klebrige Masse einige Male kräftig auf die Tischplatte schlagen und im ungelüfteten Zimmer gären lassen, bis der Teig unter der Oberfläche Blasen wirft. In der aufgeheizten Atmosphäre backen, bis die Blasen platzen. Mit 2-3 gepfefferten Beleidigungen verzieren – fertig ist der Familienstreit!

Oft knallten die Türen

Ich weiss nicht, ob Sie dieses Rezept auch schon einmal ausprobiert haben. In meinem Elternhaus jedenfalls wurde es fast regelmässig beansprucht, sobald Familienfeste stattfanden! Vor allem in meinen Teenagerjahren artete unsere «Familienkochkunst» bei Weihnachtsfesten völlig aus: Meine Mutter hatte sich wochenlang auf das Fest gefreut, die Wohnung liebevoll geschmückt und Geschenke gekauft. Mein Vater wollte – völlig abgespannt von der Arbeit – einfach einmal das Familienleben geniessen. Meine Schwester verweigerte ihren Teil beim «Heile-Welt-Spielen» und ich schliesslich war todunglücklich, dass man sich nicht wenigstens am «Fest der Liebe» vertragen konnte. Jahrelang verging kein Heiliger Abend, ohne dass die Türen knallten. Die Weihnachtstage verliefen ähnlich angespannt: Garantiert war eine der beiden Omas eingeschnappt, weil nicht bei ihr zu Hause gefeiert wurde, weil sie zu spät von der Bushaltestelle abgeholt wurde oder

>>



Liebe Leser, Freunde und Gönner

Der Jahreswechsel beschert den meisten von uns ein paar freie Tage, lässt uns an Vergangenes und Zukünftiges denken und ... bringt uns mit nahestehenden Menschen in Verbindung. Familie und Freunde, wie nahe sind sie uns wirklich? Wie wenig braucht es an Familienfesten, bis sich Familienglieder bereits wieder zu nahe treten? Anette Götz nimmt uns in ihrem Hauptartikel mit hinein in einen entspannten Umgang mit den eigenen Erwartungen und mit unseren Liebsten.

Nähe und Distanz sind Faktoren im familiären Zusammenleben, die stark durch die Familienkultur unserer Herkunftsfamilie bestimmt werden. Wie gut, wenn junge Paare mit offenen Augen in die Ehe starten. Wir hoffen, dass das immer häufiger geschieht – durch den Ehe-Vorbereitungskurs zum Beispiel. Darum freuen wir uns riesig auf die zwei Hochzeitsmessen, wo wir Hunderte von Paaren in ihrem Beziehungswachstum unterstützen. Überlegen Sie sich doch, wie Sie sich selbst an diesem Projekt beteiligen könnten durch Ihren persönlichen Einsatz oder Ihre Spende (Box auf Seite 3).

Und wir schauen bereits gespannt vorwärts auf die Ereignisse des neuen Jahres. Das Wochenende «Ehe mit Vision» ist gemäss dem Erfahrungsbericht von Sandra und Thomas Müller, Embrach, eine Beziehungshilfe, die nachhaltig prägt. Gleich viermal laden wir im 2010 zu diesem Seminar ein. Bereits über 1500 Teilnehmende haben davon profitiert. Nicht nur FamilyLife bietet Hilfe an, um an den Herausforderungen von Ehe und Familie zu wachsen. Wir sind glücklich, Ihnen im Kalender (und noch ausführlicher auf www.familylife.ch) eine ganze Reihe von Anlässen anderer Anbieter vermitteln zu können.

Gottes reichen Segen für den Jahreswechsel und weit darüber hinaus wünscht Ihnen,

Hansjörg Forster



die andere Oma mit teureren Geschenken aufwarten konnte. Opa verbarrikadierte sich im Zigarrennebel, während es uns Kinder gruselte, ihm beim Essen der fettigen Speckschwarte zuzuschauen. Obendrein wurde in aller Ausführlichkeit über die harten Kriegsjahre und das Magengeschwür von Tante Hilde debattiert. Dem Essen folgte das obligatorische Geschenkeauspacken, Gedichtaufsagen, Blockflötenspielen, das sich zuletzt bis zum Kopfschmerz verdichtete.

Trotzdem habe ich mich auf unsere Familienzusammenkünfte gefreut. Ich hatte keine Ahnung, wie diese widersprüchlichen Empfindungen zustande kommen konnten: Einerseits die Vorfreude, andererseits der Streit und die Erschöpfung. Was lief da nur falsch? Als ich heiratete und die Familie sich dadurch erweiterte, machte ich mich intensiv auf die Suche nach Antworten. Dabei entdeckte ich eine Zutat, die leider jedes Familienfest ungeniessbar macht:

Falsche Erwartungen

Jeder Mensch hat Werte und Ziele im Leben. Diese decken sich nicht unbedingt mit denen der anderen Familienmitglieder. Ein solcher Wert kann z.B. Harmonie sein: Alle sollten sich gern haben und nett miteinander umgehen, wenigstens für diesen einen Tag! Aber wenn zwei sich nicht gut verstehen, ändert ein Familienfest nichts daran. Im Gegenteil. Gerade an Weihnachten, dem «Fest der Liebe», erzeugt das übersteigerte Bedürfnis nach Harmonie zusätzlichen Stress! Die oft schon über Wochen aufgeladene emotionale Stimmung führt zu gegenseitiger Überforderung. Ein anderer Wert können Gute Manieren sein, die den einen Familienmitgliedern wichtig sind und gleichzeitig von den anderen torpediert werden: Opa kratzt mit dem Zeigefinger die Fleischreste zwischen den Zähnen hervor; klein Kevin hat sich nicht artig genug bedankt; Teenager Moni war unpassend gekleidet... Auch fromme Werte spielen gerade an religiösen Feiertagen eine wichtige Rolle: Müssen alle mit zur Kirche kommen? Soll man vor dem Essen beten?

Ebenso bringen unterschiedliche Ziele Konflikte hervor: Die junge Ehefrau hat sich gegen Schwiegermamas Familienrezept entschieden, weil sie endlich aus deren Schatten heraustreten will. Der Jugendliche will möglichst schnell seine Geschenke haben, um dann seine freie Zeit mit Freunden verbringen zu können. Der Familienvater hofft auf ein paar Tage jenseits der beruflichen Hektik. Die Grosseltern suchen eine Gelegenheit, über ihren Glauben an Jesus Christus zu sprechen.

Es liegt an mir

Wer also ein «wohlschmeckendes» Fest erleben will, sollte sich folgende Fragen stellen:

- > Welches sind meine Werte und Ziele und woher kommen sie?
Stimmen sie mit Gottes Werten und Zielen überein?
- > Was ist mir wirklich wichtig bei diesem einen Familienfest?
- > Welche Erwartungen kann ich loslassen?
- > Was kann ich zu einem gemeinsamen Ziel beitragen, ohne aus meiner Haut zu schlüpfen?

Dazu einige hilfreiche Tipps:

- Finde ein «Ja» zu deiner Familie. Sie ist dir von Gott anvertraut.
- Reduziere deine Erwartungen auf das für dich absolut Notwendige.
- Rede mit anderen Familienmitgliedern über eure Erwartungen.
- Mache eine einfache und klare Planung. Organisiere dir schon vorher Hilfe, delegiere so viele Arbeiten wie möglich.
- Mache das, was du gern machst und gut kannst. Habe Mut zur Lücke. Ein entspannter Gastgeber oder Gast macht mehr Freude als jedes 5-Gang-Menu.
- Berücksichtige in deiner Planung die natürlichen Bedürfnisse aller Personen: Nicht zu schweres Essen, massvoller Umgang mit Alkohol, Bewegung und frische Luft, Pausen, Rückzugsmöglichkeiten usw.
- Bete um Liebe und Frieden. Suche dir eventuell eine Person, die für dich und deine Familie betet.

Viel Spass bei der Zubereitung des nächsten wohltuenden Familienfestes!

Hochzeitsmesse

Von Roger Götz

Im 2010 «tanzt» FamilyLife gleich auf zwei Hochzeitsmessen: In Zürich vom 9.-10. Januar und neu auch in St. Gallen vom 15.-17. Januar. Warum verdoppeln wir unsere Anstrengungen in diesem säkularen Umfeld? Wo Messebesucher nach Hochzeitskleidern, Torten und Limousinen Ausschau halten, vermitteln wir Werte, die weit über das Hochzeitsfest hinaus reichen.

Unser Messeauftritt fällt aus dem Rahmen. Während sich fast alle anderen Anbieter auf den einen grossen Tag konzentrieren, richten wir das Augenmerk der vorbei schlendernden Paare auf ihre Beziehung. «Ehevorbereitung – was soll denn das?», ist eine erste Reaktion, die wir häufig hören. Liebe erscheint für viele als purer Zufall und diese Einstellung passt zur Scheidungsrate von ungefähr 50 Prozent. Dabei wagen die einen den Schritt ins Ungewisse im blinden Vertrauen darauf, dass es sie nicht treffen wird. Und andere gehen äusserst realistisch vor und kalkulieren eine allfällige Trennung mittels Ehevertrag ein. Wenige haben eine Ahnung, wie schmerzhaft Trennung und Scheidung wirklich sind, nachdem sich zwei Leben in der Tiefe verbunden haben. Auch darüber, wie schwierig neue Bindungen werden, ist sich kaum jemand im Klaren. Denn sie wissen nicht, was sie tun ...

Es gibt sie, die jungen Paare, die von Anfang an bewusst an ihrer Beziehung arbeiten, damit die Liebe ein Leben lang hält. Sie nutzen zum Beispiel den fünfteiligen Ehe-Vorbereitungskurs auf DVD, besuchen unser Intensiv-Seminar «Paar mit Vision» oder einen örtlichen Kurs. Sie kommen dabei ins Gespräch über Themen, die einer Ehe Tiefgang verleihen. **Helfen Sie mit, dass FamilyLife diesen wichtigen Auftrag in der Gesellschaft wahrnehmen kann, damit noch mehr Menschen beim Heiraten wissen, was sie tun!**



INFO

So helfe ich mit an der Hochzeitsmesse!

- Mit meinem praktischen Einsatz:**
 Ich bin in Zürich oder St. Gallen mit dabei, wenn FamilyLife mit Hunderten von Paaren Kontakt pflegt. Interessenten melden sich unter info@familylife.ch, Tel. 044 274 84 65
- Mit meiner Spende:**
 Ich benütze den beiliegenden Einzahlungsschein, um die Aufwendungen von FamilyLife für den Standeinsatz an den beiden Hochzeitsmessen zu decken.



IDEENFENSTER «Zeit zu zweit»

Eine gemeinsame Aktivität entdecken, die beiden Spass macht: Das ist der Wunsch vieler Paare. Doch wie findet man das Richtige? Die neue Rubrik Ideenfenster gibt Anregungen zum Ausprobieren. **Schreiben Sie uns Ihren persönlichen Tipp! (info@familylife.ch)**



Agnes und Edi Wäfler

Gemeinsame Lektüre

Letztes Jahr machten wir als Ehepaar im Sommer eine zehntägige Velotour. Bei einem solchen Unternehmen ist das Gepäck «rationiert». So sagte ich zu meinem Mann: Ich würde gerne das Buch «Der heilige Hafen» von Gary L. Thomas vorlesen, aber ich nehme es nur mit, wenn Du einverstanden bist. Das Buch begleitete uns auf der Reise und ich las jeweils vor dem Einschlafen ein paar Abschnitte daraus.

Diesen Sommer hatte ich wieder den Wunsch nach einer gemeinsamen Lektüre. Doch wie würde mein Partner darauf reagieren? Zu meiner grossen Überraschung machte er selber genau diesen Vorschlag. Mittlerweile hat sich die gemeinsame «Bettlektüre» sogar in unserem Alltag integriert. Was für eine Bereicherung! Natürlich müssen wir uns nicht immer aus einem Ehebuch und auch nicht zwingend im Bett vorlesen.



ehekurs.ch Die FamilyLife Kurse

Das Abenteuer Ehe feiern: 7. - 14. Februar 2010 Marriage Week



Seit vier Jahren wird in der Schweiz die Woche vor dem Valentinstag als Marriage Week begangen. Sie geht zurück auf eine Idee des Unternehmers Richard Kane, der sich beim Warten an einer Kasse des lokalen Baumarktes fragte, weshalb Menschen wohl so viel in ihre Häuser investieren, aber denkbar wenig in die familiären Beziehungen, die in diesen Häusern gedeihen sollten. Er löste damit in England ab 1996 eine beispiellose Bewegung aus.

Ein Blumenstraus voller Ideen

Marriage Week feiert die Ehe – fröhlich, festlich, kreativ und voller Ideen, aber auch nachdenklich, inspirierend, herausfordernd und unterstützend ... genau wie der Ehe-Kurs. Nebst speziellen Angeboten von Restaurants, Paartanz-Veranstaltungen, Rabattkonditionen bei der Tandem-Miete, Kino-Highlights für Paare usw. ist gerade ein örtlicher Ehe-Kurs bestens dazu geeignet, das Thema Ehe in die öffentliche Wahrnehmung zu bringen. Wenn Paare mit Spass für ihre Ehe lernen und sieben Male hintereinander einen Ausgang geniessen, dann hat folgender schlechter Witz immer weniger Berechtigung:



Marriage Week und Ehe-Kurse?

In den vergangenen Jahren zeigte sich die grösste Wirkung der Marriage Week innerhalb von Regionen (Lausanne, Thun und Lyss), in denen ganze Teams sich um die Schaffung und Vernetzung verschiedenster Angebote für Paare bemühten.

Idee für Ehe-Kursleiter

Ehe-Kurs-Verantwortliche in einer Stadt oder Region tun sich zusammen und stellen mit vereinten Kräften ein gediegenes Marriage Week Dinner, einen tollen Infoabend zum Ehe-Kurs oder einen ähnlichen kreativen Event auf die Beine. An diesem Anlass kann dann kräftig für die verschiedenen Ehe-Kurse des laufenden Jahres geworben werden.

Die Marriage Week ist darum bemüht, mehr wirtschaftlich als kirchlich ausgerichtet zu sein, um die Ehe möglichst breit zum Thema zu machen. Trotzdem ist es bedeutungsvoll, dass mit vielen örtlichen Ehe-Kursen und Ehe-Vorbereitungskursen ein Angebot bekannt gemacht wird, das die familiären Beziehungen von innen heraus stark macht.

Aktiv werden

Das Kursverzeichnis von FamilyLife (Seite 5 oder immer aktuell auf www.familylife.ch) bietet die Möglichkeit, mit anderen Kursleitern Kontakt aufzunehmen und mit ihnen die Möglichkeit einer gemeinsamen Aktion zu besprechen. Denkbar ist, dass Personen und (Kirch-)Gemeinden rund um den Ehe-Kurs Promotoren der Marriage Week an ihrem Ort werden und andere sich ihnen anschliessen. Aktionen und Angebote können direkt auf der Webseite www.marriageweek.ch eingegeben werden. Die Organisatoren bieten auch Vorlagen für einen lokalen Flyer, um Paare zu den verschiedensten Angeboten vor der Haustüre einzuladen. In der Deutschschweiz stehen Wilf Gasser, Bern (wi.gasser@bluewin.ch), und Thomas Beerle, Buchs SG (tbeerle@sunrise.ch; www.frischer-wind.ch) für Fragen und Erfahrungsaustausch zur Verfügung.



ehekurs.ch Die FamilyLife Kurse

Ihre Werbetrucksachen

Sie haben die Möglichkeit Werbetrucksachen für Ihren Kurs bequem online zu bestellen und fixfertig, mit Ihren individuellen Kursangaben bedruckt, von der Druckerei geliefert zu erhalten. Für kleinere Auflagen bieten wir ausserdem weiterhin die Möglichkeit von Leerdrucken an:

Beispiel 1:

Flyer Ehe-Kurs,
200 Ex., 4-farbig, inkl. Versand
> bedruckt CHF 160.-
> leer CHF 90.-

Beispiel 2:

Plakat A4 Ehe-Kurs,
50 Ex., 4-farbig, inkl. Versand
> bedruckt CHF 107.50
> leer CHF 75.-

Für weitere Angaben und Online-Bestellung besuchen Sie unseren Shop auf www.familylife.ch.

Gleichzeitig mit dem neuen Druckservice haben wir das Werbedesign von Ehe-Kurs und Ehe-Vorbereitungskurs aktualisiert und besser aufeinander abgestimmt.



Plakate und Flyer

Beratung

Wünschen Sie mehr Informationen zur Durchführung eines Ehe-Kurses oder Ehe-Vorbereitungskurses? Wir beraten Sie gerne.

-> **Infomail:** info@ehekurs.ch

-> **Hotline:** 044 274 84 65



Irene Kradolfer
(Ehe-Kurs)



Roger Götz
(Ehe-Vorbereitungskurs)

Online Diskussionsforum

Unter www.familylife.ch -> **Forum** können Sie sich an der aktuellen Diskussion über die geeignete Musik für den Ehe-Kurs beteiligen oder auch ein eigenes Thema eröffnen.

Nutzen Sie die Möglichkeit und kommen Sie mit anderen Kursleitenden ins Gespräch, um dadurch Ihr Know-how zu verbessern oder andere an Ihren Erfahrungen teilhaben zu lassen.

Suchen Sie einen Kurs in Ihrer Nähe?

Im untenstehenden Verzeichnis sind Kurse aufgeführt, die uns bis Ende Oktober 2009 gemeldet wurden. Es kommen laufend neue hinzu. Die aktuellsten Angaben finden Sie immer auf www.ehekurs.ch.

Weitere Informationen darüber, wie Sie Ihren Kurs registrieren können, finden Sie unter **Agenda/Kurse / Ehe-Kurs / Kurs registrieren** auf www.familylife.ch.

Kursverzeichnis

PLZ	Ort	Kursleiter	Telefon	E-Mail	Kirche	Beginn
3052	Zollikofen	Hirsbrunner Daniela & Martin	031 911 65 92	martinhirsbrunner@hotmail.com	Verein Arche Noah	15.01.2010
3144	Gasel	Broggi Sybille & Michel	031 961 74 58	broggis@florentia.ch		auf Verlangen
3250	Lyss	Jutzi-Hofmann Rita & Guido	032 384 28 91	g.jutzi@kirche-lyss.ch	Evang. ref. Kirchgemeinde	05.03.2010
3645	Gwatt	Bieri Karl & Sarah	033 335 32 75	karbie@feggwatt.ch	FEG Gwatt	auf Verlangen
4052	Basel	Egger-Ryser Ruth & Adrian	061 312 16 96	adrian.egger@edubs.ch	Gellertkirche	auf Verlangen
4052	Basel	Blumenstein Esther & Gideon	061 751 18 60	blumenstein@intergga.ch	FMG Basel	28.01.2010
4500	Solothurn	Zürcher Romy & Martin	032 682 36 66	romyzuercher@solnet.ch	Christliche Gemeinde Forum G	15.01.2010
4500	Solothurn	Zürcher Martin	032 682 36 66	romy.zuercher@dplanet.ch	Christliche Gemeinde Forum G	auf Verlangen
4665	Oftringen	Ulrich Kathy & Karl-Heinz	062 797 08 54	kk.ulrich@bluewin.ch	Reformierte Kirche Oftringen	08.01.2010
5057	Reitnau	Schindler Sandra & Andreas	062 726 11 72	schindlerfamily@gmx.ch	Ref. Kirche	auf Verlangen
5705	Hallwil	Käser Andreas & Regula	062 896 12 88	a.kaeser@freundschaftsbaum.ch		auf Verlangen
6210	Sursee	Rutschmann Monika & Lukas	041 921 06 33	lukas.rutschmann@bluewin.ch	Chrischona Gemeinde	29.01.2010
6210	Sursee	Rutschmann Monika & Lukas	041 921 06 33	lukas.rutschmann@bluewin.ch		auf Verlangen
6414	Oberarth	Zuber Astrid & Markus	041 832 25 80	4couples@gmx.ch	Team 4couples.ch	13.01.2010
8197	Rafz	Alings Brigitte & Machiel	044 869 19 28	brigitte.alings@bluewin.ch	EFRA, Evangelische Freikirche Rafz	15.01.2010
8200	Schaffhausen	Günthardt Ursula & Johannes	052 625 43 45	guenthardt.fam@sunrise.ch	Pfingstgemeinde und Chrischonagemeinde	08.01.2010
8226	Schleitheim	Opplinger Peter & Anita	052 680 10 75	peter.oppliger@chrischona.ch	Chrischona-Gemeinde Schleitheim	auf Verlangen
8266	Steckborn	Bühler Jim	052 761 25 36	jim.buehler@chrischona.ch	Chrischona Gemeinde	auf Verlangen
8413	Neftenbach	Krämer Tanja & Fabian	052 301 00 91	fabian@kraemer.ch	Chrischona Neftenbach	07.01.2010
8572	Graltshausen	Schenk Rosmarie & Gottfried	071 636 14 62	g_schenk@sunrise.ch	Chirschona Mattwil	12.02.2010
8590	Romanshorn	Lippuner Peter & Eliane	071 411 98 29	peter_lippuner@bluewin.ch	Chrischona	08.01.2010
8902	Urdorf	Brunschweiler Josef & Sigrid	044 734 06 52	j.s.brunschweiler@gmx.ch	Chrischona-Gemeinde	auf Verlangen
9100	Herisau	Meier Cynthia & Roman	071 364 10 36	meierisil@bluewin.ch	Roman und Cynthia Meier	01.02.2010
9220	Bischofszell	Kreis Mirta & Manfred	071 422 30 08	mima.kreis@bluewin.ch	Evangelische Kirchgemeinde Bischofszell - Hauptwil	08.01.2010
9230	Flawil	Gasser Marie-Anne & Stefan	071 393 59 23	stefgasser@livenet.ch	Freie Christengemeinde	08.01.2010
9450	Altstätten	Pezzoni Nadia & Enrico	071 757 83 83	pezzoni.family@bluewin.ch	Evangelische Kirchgemeinde Altstätten	10.04.2010
9500	Wil	Lohner - Saurer Kathrin & Markus	071 912 23 58	markus.lohner@ref-wil.ch	Evangelische Kirchgemeinde Wil	01.03.2010
9536	Schwarzenbach	Amstutz Roland & Monika	071 923 58 36	r.amstutz@bluewin.ch		auf Verlangen
9536	Schwarzenbach	Fitze David & Christina	071 923 19 79	d.fitze@tbwil.ch	SPM, FCG, Zentrum Speer	auf Verlangen

Schwarz: Ehe-Kurs • Rot: Ehe-Vorbereitungskurs

EHE mit VISION In unserem Briefkasten gelandet

Von Sandra und Thomas Müller, mit Kids, Embrach



Liebes FamilyLife Team

Nun ist es mehr als ein Jahr her, seit wir in Bregenz ein Weekend «Ehe mit Vision» besucht haben. Dieses Wochenende hat unsere Ehe in vielen wichtigen Bereichen nachhaltig positiv verändert.

Wir danken Euch nochmals herzlich für Euer erfrischendes Engagement und Eure Offenheit! Wir haben es sehr genossen und viel gelernt. Das gute Handbuch nehmen wir hin und wieder zur Hand.

Ihr habt uns ein motivierendes, vielseitiges und lohnendes Bild der Ehe gezeichnet und mit Euren wertvollen Erfahrungen bereichert. Eure Professionalität und Sorgfalt hat uns beeindruckt und die lieben Überraschungen haben unser Herz erfreut! Wir sind weiterhin motiviert, an unseren damals getroffenen Entscheidungen festzuhalten und unsere Ehe mit Jesus im Mittelpunkt noch reicher zu gestalten!

Wir wünschen auch Euch als Team Gottes erfrischende Motivation und Kreativität in Eurer wertvollen Arbeit.



INFO



Das besondere Weekend zu zweit

12.-14. Februar 2010 in Wil SG

16.-18. April 2010 in Wildhaus

25.-27. Juni 2010 in Emmetten

29.-31. Oktober 2010 in Bern

Infos unter www.familylife.ch – Ehe



Für die nächste Generation: **CO₂-neutral drucken.**

Wir kompensieren CO₂ mit Holzschnitzelfeuerungen in der Schweiz.
www.jordibelp.ch/klima

Mario hat lila! Auswendig gelernt mit seinem Schindluder!

Jordi  **DAS MEDIENHAUS**

PRO LIFE

JA zum Leben,
NEIN zur Abtreibung!

Krankenversicherung ohne Abtreibungsfinanzierung.
Bestellen Sie jetzt Ihre persönliche Offerte:

prolife.ch | 0848 870 870

Beschenkt und Verschenkt



Im Talonheft von FamilyLife mit Seminarangeboten finden Sie verschiedene Geschenk-Bons: für Ehepaare und für befreundete & verlobte Paare. Verschenken Sie Freunden oder dem Partner ein FamilyLife-Wochenende mit nachhaltiger Liebeswirkung zu folgenden Gelegenheiten:

- > Zur Hochzeit
- > Zur Verlobung
- > Zum Hochzeitstag
- > Zum Geburtstag
- > Einfach so!

Ein Tipp für Verantwortliche in Kirchgemeinden: Warum nicht heiratswillige Paare mit einem entsprechenden Gutschein zu einem Besuch des Ehevorbereitungs-Seminar «Paar mit Vision» motivieren?

BUCHTIPP



Wie werden wir gemeinsam glücklich?

Das überlegen sich vor allem junge Paare und wollen es von erfahrenen Ehepaaren wissen. 44 Fragen und Antworten fassen in diesem Buch kompakt zusammen, worauf es ankommt. Dabei schränkt die Lebenserfahrung anderer nicht ein, sondern ermutigt Paare, ihren eigenen Weg zu finden und sich auch schwierigen Themen zu stellen. Die Beiträge stammen unter anderem von Hansjörg und Helen Forster (Leiter FamilyLife). Der neue Titel aus dem SCM Hänssler Verlag ist im Shop auf www.familylife.ch erhältlich.



KOLUMNE

Von Sabine Fürbringer



Liebe geht durch den Magen

Diese Woche gibt es «Plätzli» im Sonderangebot und darum stehen sie bei uns auf dem Speisezetteln fürs Mittagessen. Als ich daran gehe, sie in die Pfanne zu hauen, merke ich, wie ungeübt ich bin, Fleisch zu kochen. Wie würde das jetzt mein Mann machen? Mit dem Fleischklopper flach drücken, gut würzen und anbraten, vermutlich. So mache ich es auf alle Fälle.

Während ich mit der Bratpfanne hantiere, denke ich darüber nach, dass mein lieber Andreas ein ausgezeichnete Koch ist und dass wir dank ihm immer mal wieder wunderbar zartes, saftiges Fleisch essen. Mir liegt das nicht so und ich überlasse diese Menus gerne ihm. Wie einseitig wäre unsere Küche doch ohne ihn. Die Kinder und ich hätten wohl alle akuten Eisenmangel bei meiner Kost!

Am Abend erzähle ich meinem Mann von den Gedankengängen am Herd. Schmunzelnd hört er zu. Und dann offenbart er mir seine Überlegungen vom Vortag, als ich ausser Haus arbeitete und er mittags die Stellung hielt, als die hungrigen Kinder von der Schule kamen. Er nennt sein Menu «Drei-Häufchen-Essen» und findet es entsetzlich langweilig. Und als er so am Kochen ist, denkt er darüber nach, dass meine Speisen immer so kreativ ineinander verwickelt sind – Gemüsestrudel, gefüllte Peperoni, Gratins. Er kann gar nicht so kochen und würde das sehr vermissen.

Die Familie profitiert von unserer Unterschiedlichkeit und zumindest auf dem Esstisch führt sie zu Abwechslung und Vielfalt. Aber eigentlich entsprechen unsere Kochkünste ziemlich genau unseren Wesenszügen. Ich bin mehr für das Ganzheitliche zuständig, sehe Zusammenhänge und versuche Dinge miteinander in Beziehung zu setzen. Mein Mann betrachtet die Realität etwas losgelöster, kann auch mal einen Schritt zurück machen und analytisch aus der Distanz einen Sachverhalt verstehen. Kommen unsere Perspektiven zusammen, entsteht ein Bild, das der Wahrheit wohl am nächsten kommt. So lässt sich das Leben viel besser meistern.

Ermutigten Sie sich gegenseitig Ihre Unterschiedlichkeit nicht länger als einen Kampfplatz zu sehen, sondern sie als Ausgangspunkt für neue Entdeckungsreisen zu feiern.



Ehevorbereitung intensiv!

Paar mit Vision, 20.-21. März 2010 in Zürich

Kann man sich an einem einzigen Wochenende ausreichend auf die Ehe vorbereiten? Natürlich nicht! Aber am Wochenende «Paar mit Vision» bekommen die frisch verliebten oder schon verlobten Paare gute Werkzeuge, um sich auf lebenslanges Lernen aneinander und miteinander einzustellen.

Diese Themen erwarten Sie am Weekend:

- > Miteinander reden > Verbindlichkeit > Konflikte lösen > Freundschaft, Sex & Liebe > Gemeinsame Ziele & Werte

«Ich bin sehr froh, dass ich all die wesentlichen Dinge einer Partnerschaft einmal ganz intensiv und ausführlich gehört und gelernt habe. Ich weiss nun, wo für mich noch Veränderung dran ist.»

Aktuell	Datum	Ort	Angebot	Veranstalter
FREUNDSCHAFT	09. – 10.01.10	Zürich	Fest- und Hochzeitsmesse	www.familylife.ch
	15. – 17.01.10	St. Gallen	Fest- und Hochzeitsmesse	www.familylife.ch
	06.03.10	FEG Zürich	Fit für die Ehe	www.feg.ch
	20. – 21.03.10	Zürich	Paar mit Vision	www.familylife.ch
	01. – 04.04.10	Wiler	Weekend für verliebte und verlobte Paare	www.family-ministries.ch
	17.04.10	A-Graz	Geheimnisse tiefgehender Freundschaft	www.cpdienst.com
	17. – 19.09.10	Filzbach	Paar mit Vision	www.familylife.ch
EHE	12. – 13.02.10	Kehrsatz	Wege zur einer erfüllenden Sexualität	www.intimitaet-sexualitaet.ch
	12. – 14.02.10	Wil SG	Ehe mit Vision „Budget-Variante“	www.familylife.ch
	12. – 13.03.10	Zürich	Einführungsseminar PREPARE/ENRICH	www.familylife.ch
	12. – 14.03.10	Balsthal	Begegnung in der Ehe	www.bide.ch
	16. – 18.04.10	Wildhaus	Ehe mit Vision	www.familylife.ch
	04. – 06.06.10	Oberägeri	Ländli-Ehe-Wochenende	www.zentrum-laendli.ch
	04. – 06.06.10	Maienfeld	Begegnung in der Ehe	www.bide.ch
13. – 15.05.10	D-Karlsbad-Langensteinbach	Grosses Eheseminar	www.cpdienst.com	
FAMILIE	08. – 11.04.10	Beatenberg	Kindererziehungsseminar „Mit Freude Kinder erziehen“	www.feg.ch
	12. - 18.04.10 + div. Termine	Bischofszell	Teenager Lager	www.camprock.ch
	15.04.10	St. Gallen	Familien sinnvoll auf dem Bauernhof	www.berufeltern.ch
	08.05.10	Stein AR	Kurs: Patchwork - als Familie unterwegs	www.berufeltern.ch
	25. – 27.06.10		Vater-Sohn Wochenende	www.family-ministries.ch
	25.09.10 – 02.10.10	Vada/Toskana	Family Sportferiencamp	www.athletes.ch
	15.04.10	St. Gallen	Alleinerziehend als Familie unterwegs	www.berufeltern.ch
WEITERE	16.01.2010	Winterthur	Männertag	www.chrischona.ch
	12. – 14.03.10	Oberägeri	Frauenwochenende	www.zentrum-laendli.ch
	20.03.10	D-Sonnenbühl	Geheimnisse erfolgreicher Beziehungen (Singles)	www.cpdienst.com
	26. – 28.03.10	Oberägeri	Männerwochenende	www.maennerforum.ch

Dieser Newsletter wird herausgegeben von FamilyLife Schweiz

Verantwortlich für den Inhalt:
Hansjörg Forster
FamilyLife, Josefstrasse 206, CH-8005 Zürich
Tel. +41 (0)44 274 84 65
Fax +41 (0)44 274 84 83
Email: info@familylife.ch
Web: www.familylife.ch

Fotografien: Irisblende, FamilyLife, Istockphoto

Layout: Natascha Schäfer,
Dipl.-Komm.-Designerin (FH)

Druckerei: Jordi AG, Belp

Erscheinungsweise: 2x im Jahr

Auflage: 3000 Exemplare

Wiedergabe auch auszugsweise nur mit Quellenangaben.

