



### Neue Orientierung für Ihr Familienleben

#### ► Neues von Team.F Österreich

Wie schon im letzten Aktuell berichtet, hat sich die Arbeit von Team.F Österreich in den vergangenen Jahren sehr ausgeweitet. Deutlich wird dies u.a. an der Anzahl der angebotenen Seminare, an der wachsenden Zahl der Teilnehmer und nicht zuletzt auch an neuen ehrenamtlichen Mitarbeitern, die sich für Team.F und damit auch für die Stärkung von Ehen und Familien im Land einsetzen.

Aufgrund des Wachstums haben wir die Arbeit von Team.F neu strukturiert und die Mitarbeiter in verschiedene Gebiete aufgeteilt. Derzeit gibt es folgende Regionen: Regau, Linz und St. Pölten

#### Das Hauptbüro in Regau

bleibt in seiner bewährten Form bestehen. Alle generellen Anfragen und Seminarammeldungen wie bisher unter:

**Team.F – Hauptbüro**  
 Pürstling 3, 4844 Regau  
 Tel. 07672-72072  
 Fax 07672-72072-4  
 eMail info@team-f.at

#### Die Region St. Pölten stellt sich vor

Wertvolle und wichtige Arbeit im Bereich Ehe/Familie/Kinder nun auch verstärkt im Osten von Österreich vor Ort anzubieten, war den Mitarbeitern bei Team.F schon immer ein sehr wichtiges Anliegen und ein großer Wunsch. Zu diesem Zwecke wurde Team.F - Region St. Pölten ins Leben gerufen. Seit Herbst 2007 gibt es nun auch ein Standbein in Niederösterreich. Zusammen mit dem großen und erfahrenen

Mitarbeiterstab bietet diese Region jede Menge Möglichkeiten, auch hier Seminare zu organisieren.

Johan & Andrea Wählander, Nicole & Erwin Slezak sowie Martina & Thomas Stein stehen in den Startlöchern und freuen sich auf diese Arbeit in Niederösterreich. Wir wünschen uns einen guten Start und gutes Gelingen, aber vor allem Gottes reichen Segen!

*Johan und Andrea Wählander*



#### Themen dieser Ausgabe:

- Das „Team.F - Aktuell“ in neuem Look
- Ein persönliches Wort: „Zur Ruhe kommen“
- Väter, ran an die Kinder
- „Der besondere Tipp für die Urlaubszeit“
- Wir freuen uns auf Sie

#### ► Das „Team.F-Aktuell“ in neuem Look

Sind Sie überrascht von der neuen Gestalt des Aktuells? Ist es für Sie ungewohnt? Lange haben wir darüber nachgedacht, ob es wohl möglich ist, das „Aktuell“ in einer neuen Form herauszubringen, auch die Frage, ob der einfarbige Druck noch zeitgemäß ist, hat uns beschäftigt.

Klar wurde, dass Veränderung auch aufgrund des Wachstums der letzten Jahre angesagt war. Doch welche Umgestaltungen kann man im Rahmen der begrenzten finanziellen Mittel überhaupt durchführen? Es ist uns gelungen, eine spezielle Druckerei zu finden, die dieses Format druckt und

zwar zu einem Preis, der wirklich im Rahmen unserer finanziellen Möglichkeiten liegt. Der günstige Preis ist nur deshalb möglich, weil die Maschine der Druckerei sehr gut ausgelastet ist und man durch dieses Format einen Arbeitsgang einspart, der sich so kostengünstig auswirkt.

Können Sie sich an die neue Form gewöhnen? Wir wünschen Ihnen weiterhin viel Freude damit.

*Werner März*

#### ► Ein persönliches Wort: „Zur Ruhe kommen“

Liebe Freunde, im Mai erwarten wir unser drittes Kind. Nachdem wir jetzt schon zwei temperamentvolle Burschen haben, die unser Haus beleben, gehen wir davon aus, dass es noch lauter wird. So stelle ich mir die Frage: „Wann und wo kann ich zur Ruhe kommen?“ Sowohl unsere Ehen als auch unsere Kinder brauchen einen Freiraum, der nicht mit Terminen und Aktionen vollgefüllt ist. Als Paar benötigen wir ebenfalls Zeiten, in denen wir unbekümmert beieinander sein können. Unsere Familie braucht Tage, wo wir nicht von einer Veranstaltung zur anderen eilen. Dazu hat mich das Bibelwort aus Hebräer 4,16 angesprochen:

„Denn wer zu Gottes Ruhe gekommen ist, der ruht von allen seinen Werken, so wie Gott von seinen.“

Gott selber hat es für notwendig und wichtig erachtet, zu ruhen. Er hat Zeiten des Wirkens und Zeiten der Ruhe bereits in der Schöpfungsgeschichte festgelegt. Es ist keine verlorene Zeit. Wir bekommen etwas geschenkt, wenn wir stillhalten und auf Gottes Sprechen achten.

Doch selbst wenn mir die Bedeutung des Ruhens klar geworden ist, werde ich nicht sofort ruhig. Ich muss mir bestimmte Zeiten dafür freischaufeln. Dazu suche ich mir einen Ort, an dem mich niemand stören kann.

Ein Spaziergang oder ruhige von Geist Gottes inspirierte Musik kann mir helfen, den Übergang vom Stress und der Hektik des Alltages zur Ruhe zu schaffen.

Gott ruft mich zu seiner Ruhe. Er wartet auf mich. Ich muss es nur zulassen und die Lasten des Alltages zu seinen Füßen legen. Vieles kann sowieso nicht sofort gelöst werden, aber Gott will mir seine Ruhe und seinen Frieden geben. Das gibt mir Kraft, um Lösungen zu finden.

Stell dir vor: Gott will mit dir einen Spaziergang machen. Er pflückt einen großen Blumenstrauß und möchte ihn dir geben. Du läufst aber schon nach



der ersten Blume wieder davon. Dann hast du nur einen Bruchteil von dem bekommen, was er eigentlich für dich bereithält. Lasst uns in diese Ruhe eintreten und wir werden erstaunt sein, wie Gott uns beschenkt.

Ich wünsche Euch allen, den Kampf um Ruhe zu beginnen – es lohnt sich.

*Nicole Slezak (Region St. Pölten)*



## Familientag

# Spittal/Drau

### Familie - finde ich gut

### Ein Tag für die ganze Familie



Sa. 4. Okt. 2008 • 9.00 - 17.30 Uhr

Stadtsaal Spittal • [familientag.at](http://familientag.at)

#### Familiertag Spittal an der Drau

Nach längerer Pause findet wieder ein Familiertag statt, diesmal in Kärnten. Veranstalter sind Team.F Österreich, Kids Forever Spittal und ein Trägerkreis von unterschiedlichen Werken und Organisationen. Unterstützt wird der Familiertag vom Familienreferat des Landes Kärnten und der Stadtgemeinde Spittal/Drau.

Es ist uns gelungen, neben dem Ehepaar Mühlman (Team.F – Deutschland) auch weitere interessante Referenten, speziell für die Workshops, zu gewinnen. Ein attraktives Kinder- und Jugendprogramm, aber auch eine Familien-Olympiade stehen ebenfalls auf dem Programm.

Der Familiertag Spittal steht unter dem Motto „Eine Tag für die ganze Familie“.



## ► Väter, ran an die Kinder

Eberhard Mühlan gibt hilfreiche Tipps, wie Vätern den Spagat zwischen Beruf und Familie gelingt.



Unter Vätern hat sich in den letzten Jahren viel getan! Immer mehr wollen in der Kindererziehung Verantwortung übernehmen. Manche scheitern an ihren guten Vorsätzen, andere bewältigen den Spagat zwischen Beruf und Familie nicht, wieder andere sind einfach unbeholfen, wenn sie dann endlich einmal Zeit für ihren Nachwuchs gefunden haben. Dabei ist das gar nicht so schwer.

### Wie Kinder sich ihren Vater wünschen

Fragt man Kinder, wie sie sich einen Vater wünschen, kommen immer wieder die gleichen Antworten. Sie können mit den folgenden drei Merksätzen zusammengefasst werden:

**1. Einer, der Zeit für sie hat!** Was Kindern von ihren Vätern am stärksten im Gedächtnis bleibt, ist deren Anwesenheit. Zeit ist kostbar, aber Kinder sind wertvoll genug, um sich ihnen in den wichtigen Jahren ihrer Entwicklung zu widmen.

Kinder werden nie vergessen, wie ihr Vater mit ihnen erzählt, geschmust, gespielt oder gearbeitet hat.

**2. Einer, der Anerkennung ausspricht!** Es ist wichtig, dass die Mutter Anerkennung ausspricht, aber es reicht nicht aus. Kinder wollen unbedingt wissen, wie der Vater über sie denkt. Sie müssen von ihm ermutigt und angespornt werden. Erfahren sie das nicht, kommen sie sich oftmals ihr Leben lang als Versager vor oder müssen sich immer beweisen, dass sie etwas leisten können.

**3. Einer, der seine Liebe zeigt, aber auch Grenzen setzt!** Viele Männer haben Probleme damit, Zuneigung und Zärtlichkeit auszudrücken - oftmals, weil sie es selbst nicht bei ihrem Vater erlebt haben. Oder weil sie mit dem Verständnis aufgewachsen sind, dass solche Gefühlsäußerungen unmännlich seien. Machen Sie sich frei davon! Ein Kind braucht Vaterliebe: zärtliche Worte, einen liebevollen Blick, starke Arme, die es halten und schützen. Es braucht aber auch einen Vater, der besonnen Grenzen setzt. Kinder haben ein gesundes Gespür für Ungehörigkeiten und erwarten unbewusst, dass ihnen Grenzen gesetzt werden. Eine gerechte und angemessene Disziplinierung, die aus Zuneigung geschieht, gibt ihnen Sicherheit.

### Praktische Tipps für Väter

**1. Übernehmen Sie die Aufgabe, die Kinder ins Bett zu bringen.** Das Einschlafritual ist eine ideale Gelegenheit,

mit den Kindern über den abgelaufenen Tag, schöne und unangenehme Erlebnisse zu sprechen.

**2. Erledigen Sie bestimmte Hausarbeiten regelmäßig zusammen mit den Kindern.** Zum Beispiel Schuhe putzen oder Geschirrspüler ein- und ausräumen - nicht damit die Kinder lernen, ihren Dreck selbst wegzumachen, sondern um dabei mit Erzählen oder Singen etwas gemeinsam zu erleben.

**3. Sorgen Sie ab und zu allein für die Kinder.** Dabei muss Ihre Frau allerdings mitspielen, indem sie sich jede Woche einen Abend außer Haus und auch einmal einen freien Samstag oder sogar ein Wochenende gönnt.

**4. Nutzen Sie Ihre Rechte auf Freistellung von der Arbeit, wenn Ihre Frau krank wird und deshalb die Kinder nicht versorgen kann.**

**5. Nehmen Sie Ihr Kind - wenn das möglich ist - hin und wieder mit zu Ihrem Arbeitsplatz und erklären Sie ihm, was Sie dort tun.** Berufsbedingte Abwesenheit entfremdet Kindern ihre Väter umso mehr, je weniger sie von deren Arbeit wissen.

**6. Beziehen Sie Ihre Kinder in Ihre Hobbys ein.** Oder entdecken Sie gemeinsam mit ihnen neue Beschäftigungen, die Ihnen selbst und den Kindern Spaß machen.

**7. Kümmern Sie sich darum, was Ihre Kinder außerhalb der Familie erleben.** Gehen Sie mit zu Anmeldegesprächen, zu Elternabenden und Festen in Kindergarten, Schule, Musikschule und Turnverein.

Eberhard Mühlan



- Paperback, 209 S.
- Nr. 815305,
- Sonderpreis € 10,30
- Erhältlich im Team.F – Büro

Wenn Sie noch mehr Tipps zur Vaterrolle suchen, dann greifen Sie nach dem altbewährten Bestseller

**Eberhard Mühlan, Bleib cool, Papa! Guter Rat für gestresste Väter.**

Unter anderem geht es um Themen wie:

Die Beziehung zum eigenen Vater – der Vater und sein Sohn / seine Tochter – Ziele, Zeit, Prioritäten – Interessenkonflikte zwischen Familie, Beruf und Gemeindefarbeit – die Ehepartnerin – die unvollständige Familie – Krisen, Wendepunkte und Veränderungen.

## ► “Der besondere Tipp für die Urlaubszeit“



In den letzten Jahren war die FAMILIENWOCHE ANDORF immer der große Hit. Besonders für Familien mit kleineren Kindern.

Wollen Sie etwas mit der ganzen Familie unternehmen? Brauchen Sie Spielkameraden für Ihre Kinder? Wünschen Sie sich nette Familien zum Gedankenaustausch? Möchten Sie Urlaub und Seminar verbinden? Dann sind Sie bei unserer Familienwoche genau richtig!

**Themenschwerpunkte:** Beziehung zwischen Eltern und Kindern; unser Lebensstil als christliche Familie.

Vormittags und abends gibt es Vorträge bzw. Gruppengespräche, während die Kinder ihr eigenes Programm haben.



Auf dem Schulgelände gibt es Möglichkeiten, sich sportlich zu betätigen. Gleich nebenan befindet sich das Schwimmbad mit Rutsche für Groß und Klein. Die Familien sind in großen Zimmern mit Dusche und WC untergebracht.

Wir würden uns auch sehr freuen, wenn Alleinerziehende mit ihren Kindern an der Familienwoche teilnehmen.

Es sind noch einige Plätze frei.

**Impressum Team.F aktuell**  
**Herausgeber und Bestelldresse**  
 TEAM.F – Neues Leben für Familien  
 Christliche Ehe- und Familienseminare  
 Pürstling 3, 4844 Regau  
 Tel. 07672-72072, Fax 07672-72072-4  
 info@team-f.at | info@team-f.at  
 www.team-f.at

**Ausgabe** 13. Jahrgang (Nr. 64)  
**Verlagspostamt** 4844 Regau  
**Erscheinungsort** 4844 Regau

**Redaktion**  
 Werner März, Roel Koops

**Design & Realisation**  
 QC-Design • Werbung & Druck  
 www.werbung-ist.de

**Spenden - Österreich:**  
 TEAM.F – Neues Leben für Familien  
 Kto. Nr. 37152570001 / BLZ 42630  
 Volksbank Scharding

**Spenden - Deutschland:**  
 TEAM.F – Neues Leben für Familien  
 Kto. Nr. 7000286 / BLZ 52060410  
 Evang. Kreditgenossenschaft Kassel

**TEAM.F aktuell**  
 ... erscheint kostenlos 5x im Jahr.  
 Wiedergabe, auch auszugsweise,  
 nur mit Quellenangaben.

Für den Inhalt anderer Beilagen ist  
 TEAM.F nicht verantwortlich.

**► Wir freuen uns auf Sie ...**

**Folgende Team.F-Seminare haben noch freie Plätze**

<b>06.06. – 08.06.08</b>	Mutter und Tochter	Alberndorf bei Linz	OÖ
<b>21.06. – 22.06.08</b>	Männer-Berg-Tour	Göstling a. d. Ybbs	NÖ
<b>12.07. – 19.07.08</b>	Familienwoche	Andorf	OÖ
<b>07.08. – 16.08.08</b>	Familienwoche	Zadar	Kroatien
<b>20.09. – 21.09.08</b>	Frauen-Aktiv-Wochenende	Annaberg	S
<b>27.09. – 28.09.08</b>	Männer-Berg-Tour	Werfenweng	S
<b>03.10. – 05.10.08</b>	Vater und Kind	Alberndorf bei Linz	OÖ
<b>04.10.08</b>	Familientag	Spittal/Drau	K
<b>17.10. – 19.10.08</b>	Neuer Schwung für unsere Ehe	St. Georgen im Attergau	OÖ
<b>24.10.08</b>	Romantischer Abend	Heiligenkreuz	NÖ
<b>13.11. – 16.11.08</b>	Heile Persönlichkeit	Alberndorf bei Linz	OÖ
<b>21.11. – 23.11.08</b>	Frauen-Kreativ-Wochenende	Sonntagberg	NÖ

Fordern Sie unser Jahresprogramm 2008 an,  
 oder buchen Sie im Internet unter [www.team-f.at](http://www.team-f.at)

