

TEAM F

ePaper für Familie, Ehe & Beziehung

SOMMER, SONNE,
SPIELZEIT

so betreust du Kinder
durch den Sommer

NÄHE & VERTRAUEN
IN DER PARTNERSCHAFT

zentrale Bausteine

GOTTES SCHÖPFUNG

inkl. Gutschein!

Liebe Leserin / lieber Leser,

wenn die Tage länger werden, die Sonnenstrahlen Wärme in unsere Routinen tragen und gemeinsame Zeiten im Freien neue Leichtigkeit schenken, öffnet sich auch der Dialog über das, was uns verbindet.

In dieser Ausgabe tauchen wir ein in die Bedeutung von Nähe, Vertrauen und Kommunikation – in der Partnerschaft, mit den Kindern, im erweiterten Familienkreis und in all den kleinen Alltagssituationen, die Beziehungen wachsen oder manchmal straucheln lassen.

Sommerzeit ist Beziehungszeit: Wir teilen mit dir Impulse, praktische Tipps und inspirierende Beispiele, die helfen, Liebe, Respekt und gemeinsame Werte frisch zu halten – auch, wenn der Alltag mal wieder hektisch wird.

Tauch ein in Gottes wunderbare Schöpfung und entdecke neue Blickwinkel auf das, was Familie zusammenhält – im Schatten der Eichen oder beim Blick aufs Meer.

Herzliche Grüße,
die TEAM.F Redaktion



INHALT

SEITE 4-6

Sommer, Sonne, Spielzeit - so betreust du Kinder sicher und liebevoll durch die warmen Monate

SEITE 7

Werde Teil unseres Teams!

SEITE 8 - 9

Nähe und Vertrauen in der Partnerschaft - zentrale Bausteine & Tipps

SEITE 10 - 13

Gottes wunderbare Schöpfung - ein Essay

SEITE 14

T-Shirt **Gutschein** für dich!

SEITE 15

Kommende **Seminare**, die dich interessieren könnten.



IMPRESSUM

Herausgeber: TEAM.F Österreich, Kremsmünstererstr. 2b, 4532 Rohr
Konzept & Layout: Andrea Schenkermayer, erstellt mit Canva www.canva.com
Texte: mit Hilfe KI erstellt
Titelbild: www.canva.com

Alle Rechte vorbehalten. Wir übernehmen keine Haftung für Tipp- und Rechtschreibfehler.

SOMMER, SONNE, SPIELZEIT

So betreust du Kinder sicher und
liebevoll durch die warmen Monate.

Sommerzeit ist Spielzeit – für Kinder und Familien. Mit klaren Abläufen, viel Fantasie und Gottesbezug gelingt Betreuung, die sicher, achtsam und warmherzig ist.

Sicherheit zuerst – mit Vertrauen

- Vor Hitze schützen, ausreichend trinken, luftige Kleidung, Sonnenhut. Gemeinsam beten oder Dankesimpulse am Abend für Gesundheit.
- Sonnenschutz und Aufsicht: verantwortliche Betreuung, klare Regeln. Ruhezeiten mit Schattenzugang integrieren.
- Wasser- und Bade-Aktivitäten: ständige Aufsicht, Rettungsschwimmer beachten, Schwimmwesten für Nichtschwimmer.
- Allergien und Notfallwissen: Elternabsprachen, Notfallpläne griffbereit; im Notfall schnelle Kommunikation gewährleisten.
- Reisen und Ausflüge: sichere Wege, Notrufnummern speichern, Risiken minimieren; am Ort mit Einverständnis der Eltern handeln.

Alltagsstruktur und Rituale – sinnvoll und wertorientiert

- Fester Tagesrhythmus: Mahlzeiten, Lern- oder Kreativzeit, Bewegung, Ruhezeiten. Rituale stärken Sicherheit und Gemeinschaft.
- Freiraum und kooperative Entscheidungen: altersgerechte Mitbestimmung der Kinder; Verantwortung schrittweise übertragen.
- Ruhezeiten respektieren: Gönn dir auch in intensiven Sommertagen Erholung.

Notfallmanagement – vorbereitet und beruhigt

- Erste Hilfe-Grundlagen: kindgerechte Erklärungen, Ansprechpartner parat haben.
- Kommunikationswege: aktuelle Notfallkontakte, klare Ansprechpartner festlegen;
- Gebetsimpuls in Notfällen.

Beschäftigung draußen und drinnen – bunt und bedeutsam

- Bewegung an der frischen Luft: Waldspaziergänge, Fahrradtouren, Ballspiele, Schnitzeljagen, Naturerkundungen.
- Kreative Projekte: Naturmaterialien sammeln, draußen malen, Wasser-Spiele; Bastelprojekte mit biblischen oder großzügigen Werten verbinden (z. B. Dank, Freude, Teilen).
- Bildung mit Spaß: Experimente, Geschichten, Bibelgeschichten in kindgerechter Form, Geschichten am Lagerfeuer (ohne Überforderung).
- Sicherheit beim Spielen: Wasserbehälter nie unbeaufsichtigt lassen, Spielplätze prüfen, Schuhe mit griffiger Sohle.

Ernährung und Getränke – achtsam und nachhaltig

- Mahlzeiten: Obst, Gemüse, Vollkorn, Proteine; kindgerechte Portionsgrößen.
- Hydration: regelmäßiges Wasser-Trinken; verdünnte Getränke sparsam verwenden.
- Eis und Süßigkeiten: in Maßen; gesunde Alternativen anbieten.

Nachhaltigkeit und Naturverbundenheit – Verantwortung vor Gott

- Umweltbewusst handeln: Mülltrennung, wiederverwendbare Materialien.
- Natur erleben: Park, Gartenzeit, Kompost- oder Samen-Aktionen; Naturfotografie.



Der Sommer bietet vielfältige Chancen, Kinder spielerisch zu fördern, Werte wie Nächstenliebe, Fürsorge und Dankbarkeit zu erleben. Struktur, Kreativität und ein ruhiger Blick auf Gott geben Sicherheit und Gelassenheit – für Kinder, Eltern und Betreuerinnen.

Werde Teil unseres Teams!



info@team-f.at

Suchst du nach einer Möglichkeit, deine Zeit sinnvoll zu investieren und etwas zu bewegen?

Dann bist du bei uns genau richtig!

Wir suchen junge, motivierte Menschen, die Interesse haben, ehrenamtlich in unserer Organisation mitzuarbeiten.

WAS WIR BIETEN:

- **Neue Erfahrungen** - erweitere deine Fähigkeiten und sammle wertvolle Erfahrungen in der Ehe- und Familienarbeit und für deine persönliche Entwicklung.
- **Neue Freunde** - triff gleichgesinnte Menschen, die genauso engagiert sind wie du und knüpfe Freundschaften fürs Leben.
- **Gestalte aktiv mit** - du hast die Chance, eigene Ideen einzubringen und aktiv an Projekten mitzuwirken, die das Leben anderer verbessern.

DU ENTSCHEIDEST

...wieviel Zeit du investieren möchtest - ob regelmässig oder projektbezogen.

WAS WIR UNS WÜNSCHEN:

- **Leidenschaft** - du brennst für Ehe- und Familienthemen und möchtest einen Beitrag leisten.
- **Engagement** - du bist bereit, Zeit und Energie in gemeinsame Ziele zu investieren.
- **Teamgeist** - du arbeitest gerne im Team und schätzt den Austausch mit anderen.

Gemeinsam mit unserem großen Gott können wir Großes erreichen! Melde dich bei uns und erfahre mehr über die vielfältigen Möglichkeiten, wie du dich einbringen kannst.

Nähe & Vertrauen in der Partnerschaft



www.cdnv.com

Welche Schritte in den Sommermonaten optimal dafür sind

Der Sommer lädt zu längeren Gesprächen, mehr Gelassenheit und gemeinsamen Momenten im Freien ein.

Doch Nähe in einer Partnerschaft entsteht nicht zufällig; sie wächst durch kleine, bewusste Gesten, durch Aufmerksamkeit füreinander und durch das gemeinsame Wählen von Prioritäten.

Zentrale Bausteine sind Aufmerksamkeit und Wertschätzung. Beginne den Tag mit einer kurzen Austauschrunde: zwei Sätze, was am Vortag gut gelaufen ist, zwei Wünsche für heute.

Das schafft positive Resonanz und lenkt den Blick auf das Gegenüber statt auf eigene To-dos. Gleichzeitig ist es hilfreich, Rituale zu pflegen – sei es ein gemeinsamer Morgenkaffee, ein kurzes Check-in am Abend oder ein Spaziergang nach dem Abendessen. Rituale fördern ein Gefühl der Vertrautheit.

Offene Kommunikation ist der zweite Grundpfeiler. Das bedeutet, Themen nicht aufzuschieben, sondern behutsam anzugehen. Nutze Ich-Botschaften statt Du-Vorwürfen („Ich fühle mich...“, „Ich brauche...“ statt „Du machst immer...“).

In stressigen Momenten kann es helfen, Pausen einzulegen: Tief durchatmen, eine kurze Auszeit nehmen und später das Thema in ruhiger Atmosphäre erneut ansprechen. Wenn Kompromisse nötig sind, suche nach Lösungen, die beiden Seiten gerecht werden – auch wenn dies bedeutet, manche Prioritäten zeitweise zu verschieben.

Vertrauen entsteht auch durch Transparenz und gemeinsames Planen. Transparenz bedeutet nicht permanent alles offenlegen zu müssen, sondern klare Absprachen darüber, wie man miteinander umgehen möchte, wenn Stress wächst oder Unsicherheit da ist. Vertrauen wächst, wenn Versprechen eingehalten werden und wenn man sich gegenseitig Freiräume zugesteht, ohne ständige Kontrolle.

Körperliche Nähe bleibt ein wichtiger Anker, auch wenn der Alltag viel verlangt. Kleine Gesten, wie eine Umarmung, eine Handberührung oder ein kurzes Zärtlichkeitsritual am Abend, kommen oft ohne große

Worte aus und stärken das Gefühl von Sicherheit. Gemeinsame Aktivitäten, die Freude bereiten, stärken die Verbindung ebenfalls: ein langer Spaziergang am Meer, ein Picknick im Park, das gemeinsame Kochen eines neuen Sommerkartoffelgerichtes oder das Planen eines kleinen Ausflugs. Solche Erlebnisse schaffen Erinnerungen, die das Fundament der Partnerschaft tragen. Integriere die Perspektive des Gegenübers in den Alltag. Frage aktiv: Was braucht meine Partnerin / mein Partner heute? Welche Momente waren für sie / ihn besonders erhellend? Werft gemeinsam einen Blick auf Werte, die ihr teilt, und wie diese Werte heute in Taten umgesetzt werden können.

Zusammengefasst: Nähe in der Partnerschaft wächst durch regelmäßige, bewusste Rituale, klare, wertschätzende Kommunikation, Verlässlichkeit und gemeinsame Erlebnisse. Der Sommer bietet die ideale Kulisse, um diese Bausteine zu pflegen.

Gottes Schöpfung

Wenn man die Augen öffnet und den ersten Atemzug des Tages spürt, begegnet man unweigerlich der urgenten Frage: Wie ist all dieses Helle, all dieses Werden entstanden?





Nicht als kalte Theorie, sondern als lebendige Erfahrung - Gottes Schöpfung ist kein abgeschlossenes Buch, sondern eine fortlaufende Erzählung, die sich in jedem Flügelschlag eines Vogels, in jedem Grashalm, der sich aus dem Asphalt streckt, in den Augen eines Kindes, das staunend die Welt betrachtet, neu geschrieben hat und weiter schreibt. Sie zeigt sich nicht einzig in mächtigen Naturereignissen oder in spektakulärer Kunst, sondern in der feinen Ordnung des Alltags, in den Wesen, die uns umgeben, und in der Geduld, die uns antreibt, die Welt zu verstehen.

Beginnen wir dort, wo das Handeln sichtbar wird: in der Vielfalt. Ein Universum, das nicht in Monokulturen erstarrt, sondern in Farben, Formen und Lebensweisen pulsiert, wirkt wie eine Einladung zu staunen. Wälder sind kein zufälliges Chaos aus Bäumen, sondern ein gewebtes Netz von Beziehungen: Wurzeln, die sich unterirdisch austauschen, Pilze, die Nährstoffe verteilen, Bestäuber, die Blumen in Bewegung setzen. Wenn wir Natur beobachten, sehen wir kein bloßes Funktionieren, sondern eine Sprache des Lebens, die auf eine tiefe Ordnung hinweist. Diese Ordnung erscheint wie eine Melodie, in der kein Instrument ganz allein, sondern jedes Instrument notwendig ist, um den Sinn zu tragen.



Gottes Schöpfung erinnert uns auch daran, dass Reinheit nicht der Gewaltlosigkeit einer einzigen Idee entspringt, sondern der Vielfalt des Ausdrucks. Die Bienen summen, die Wolken treiben am Himmel, die Eidechse sonnt sich in der Sonne, und irgendwo entsteht aus all dem ein Gleichgewicht, das das Überleben vieler Arten ermöglicht. In diesem Gleichgewicht zeigt sich eine Güte, die nicht nur funktional, sondern schön ist - eine Schönheit, die nicht ausschließlich ins Sichtbare gebunden ist, sondern im Zusammenspiel von Zeit, Raum und Prägungen entsteht. Hier wird klar, dass Kreativität kein Zufall ist, sondern eine Konstante: Eine Welt, die sich immer wieder neu erfindet, ohne ihre Herkunft zu verleugnen. Auch der Mensch gehört in dieses Bild - und in dieses Mysterium. Wir sind Teil der Schöpfung, gleichzeitig oft geprägt von dem Wunsch, die Schöpfung zu verstehen, zu ordnen, zu nutzen. In dieser Spannung liegt eine Einladung: die Bereitschaft, mit Demut zu handeln.



Demut bedeutet hier nicht Selbstentwertung, sondern das ehrliche Eingeständnis, dass wir Teil eines größeren Ganzen sind, dessen Potentiale uns bergen. Wenn wir den Blick weiten, begreifen wir, dass Zweck und Sinn kein Privileg einer menschlichen Perspektive sind, sondern in dem Netz von Beziehungen zu finden sind, das uns umgibt: zu anderen Menschen, zu Tieren, zu der Erde, die uns Nahrung gibt und Schutz bietet, zu jenem Großen, das unser Denken übersteigt. In der christlichen Perspektive hat die Schöpfung zwei leicht zu verwechselnde, aber doch verschiedene Ebenen: die Erschaffung als Anfang und die fortgesetzte Erziehung durch Liebe.

Gott ruft nicht einfach ins Dasein; Er hält, pflegt, atmet Leben in jedem Kreativakt neu: in der Sonne, die aufgeht; in der Nacht, die Raum lässt für Träume; in dem Atem, der zwischen Hoffnung und Angst schwankt. Die Schöpfung ist kein abgeschlossenes Monument, sondern ein lebendiger Organismus, der zur Mitwirkung einlädt. Und hier liegt eine tiefe Wahrheit: Unsere Verantwortung ist nicht nur moralisch, sondern ästhetisch und geistlich.

Wir sind dazu aufgefordert, die Welt nicht nur zu nutzen, sondern zu bewahren – in Dankbarkeit, in Achtsamkeit, in einer Form von Pflege, die das Unverwechselbare der Schöpfung respektiert. Die Schöpfung erzählt auch vom Maß der Zeit. Gott, der die Zeiten und die Formen gehen ließ, arbeitet oft durch kleine, beharrliche Schritte. Das Vertrauen in Langsamkeit kann eine rebellische Haltung sein – eine, die der Eile widersteht, die den Blick für das Wesentliche schärft. Wer die Natur mit Geduld betrachtet, entdeckt, wie Wunder nicht immer in großen Offenbarungen erscheinen, sondern in der wiederkehrenden Gnade des Alltags: das erste Blatt im Frühling, das sich dem Licht entgegen streckt; der winzige Samen, der durch die harte Erde bricht und später Schatten spendet. In dieser Langsamkeit liegt auch eine Einladung, unseren eigenen Zyklus zu respektieren: Lernprozesse, Heilung, Beziehungen, die wachsen müssen, bevor sie Früchte tragen.



Die Schöpfung lädt schließlich zur Dankbarkeit ein. Dankbarkeit ist kein bloßes Gefühl, sondern eine Haltung, die die Augen öffnet. Wer heute aufmerksam durch einen Park, eine Stadt oder durch ein Zuhause geht, wird unweigerlich Dinge finden, die Dank verdienen: die Wärme eines Kaffees, der Duft von Regen in der Luft, das Lächeln eines Fremden, das plötzlich einen Weg durch den Tag weist. Dankbarkeit verwandelt die Welt nicht in Idealismus, sondern in Gegenwart. Sie macht aus dem Staunen einen Kern unseres Handelns: Wir behandeln Leben mit Würde, wir hören zu, wir geben weiter, was wir empfangen haben.

Gottes Schöpfung ist kein Concept-Album einer einzigen Offenbarung, sondern eine laufende Symphonie. Manchmal leise, manchmal laut, immer präsent, aber nie eindimensional. Wenn wir uns darauf einlassen – mit Augen der Wissenschaft, Ohren der Musik, Händen der Pflege und Herzen der Nächstenliebe – entdecken wir, dass Liebe die Grundnote ist, die allen Teilen der Welt zugrunde liegt. Diese Liebe ist nicht Besitz, sondern Einladung: die Welt als gemeinsames Haus zu sehen, in dem jeder Miteigentümer ist, jeder Besucher, der wieder hinausgeht, um zu zeigen, dass er gesehen hat und dass er sieht.

Mögen wir der Schöpfung mit wachen Sinnen, mit ehrfürchtigem Staunen und mit verantwortungsvoller Zärtlichkeit begegnen. Mögen wir lernen, Gottes Werk in seinem weiten, vielstimmigen Kosmos zu ehren – in jedem Blatt, in jeder Welle, in jedem Lächeln – und mögen wir mutig handeln, damit diese Schöpfung lebendig bleibt.



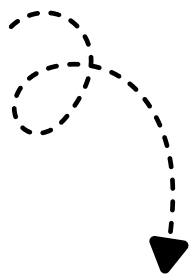


Gutschein

...für unsere T-Shirts mit Ermutigungsspruch!

Je nach Größe bieten wir die Shirts in verschiedenen Farben an. Auf der Vorderseite findet sich klein das TEAM.F Logo in weiß. Alle Shirts sind aus 100% Baumwolle und bis 40°C waschbar.

Mehr Infos auf unter www.team-f.at/shop



AKTS25

Aktionscode für den Shop:



– 25%

TEAM.F

SEMINAR – Männer Bergtour

25. - 27. Sept. 2026 | Theodor Körner Hütte

Gemeinsame körperliche Betätigung, geistliche Impulse hören, u.a. von John Eldredge, und in der Männergemeinschaft guten Austausch erleben, ist unser Motto.

„Frag dich nicht, was die Welt braucht. Frage dich lieber, was dich lebendig macht.“ *John Eldredge*

Infos & Anmeldung unter www.team-f.at



TEAM.F

SEMINAR – Wellness für die Ehe

20. - 22. Nov. 2026 | Hotel Lavendel ****

Entdeckt die schönsten Dinge an eurer Beziehung (wieder) neu. Im Umfeld einer herrlichen Landschaft wollen wir euch Raum geben, wieder die Kräfte der ersten Verliebtheit zu wecken. Neben einer entspannenden Zeit zu zweit bekommt ihr an diesem Wochenende Impulse, die eure Ehe beflügeln können.



**ANDREA
SCHENKERMAYER**
TEXTE & LAYOUT

Kontakt

TEAM.F Österreich | 0677 / 626 88 177 | info@team-f.at | www.team-f.at

ZVR-Zahl 586976791

