Vorschläge für Frauenfreizeiten mit Elisabeth Bartels

www.VisioM.org
Privatadresse: Franzen Garten 7, 35398 Gießen
Tel: 0176-23720239

Hinweis: Zu jedem Oberthema gibt es einige Vorschläge, aus denen je nach Bedarf Themen gewählt werden können. Über Formulierungen, Ergänzungen, Kürzungen etc. können wir gerne ins Gespräch kommen.

DER LEBENSFREUDE AUF DER SPUR

1. **Auf der Suche nach einem glücklichen Leben**

2. **Glücksstrategien für ein glückliches Leben**

3. **Freudenkiller**
   - **a.** Sorgen,
   - **b.** Angst,
   - **c.** Neid,
   - **d.** Unzufriedenheit
   - e. Undankbarkeit

➢ Aus den Freudenkiller können je nach Bedarf Themen gewählt werden

4. **Freude im Miteinander – Beziehungen gestalten**

GEMEINSCHAFT (ER)LEBEN

1. **Du und ich – geschaffen zur Gemeinschaft**

   Problem der Einsamkeit in Gesellschaft und Gemeinde und Vorschläge, Brücken zu bauen

2. **Kommunikation – Der Schlüssel zur Gemeinschaft**

   Wir reden so viel und sagen so wenig. Wir wollen tiefgehende Begegnungen, aber in Wahrheit isoliert uns unser Gerede mehr als dass es uns verbinden würde, weil unsere Worte nur selten bis zum Innern eines Menschen vordringen. Können wir es lernen von Herz zu Herz zu kommunizieren?

3. **Vergebung – Heilung der Gemeinschaft**

Vom ABC der Vergebung. Können wir wirklich vergessen?

4. **Konflikte – Gestörte Gemeinschaft wiederherstellen**

   Wir können Konflikte im Leben nicht verhindern, aber mit der richtigen Einstellung können wir sie bewältigen.

5. **Ermutigung – die Kraft der Gemeinschaft**

   Mit Entmutigung umgehen, von Gott ermutigt werden, um dann wiederum andere zu ermutigen.

ZIELORIENTIERT LEBEN

Nicht wesentlich mehr tun, sondern mehr Wesentliches tun!

1. **Wer sein Ziel nicht kennt, wird auch den Weg nicht finden**
2. **Endlich Schluss mit eigentlich! – Vom Wunsch zum Ziel**
3. **Gewohnheiten – Wie man sie erfolgreich ändert**
4. **Der Wille zur Stille**

---

zuFRIEDEN!?

Können wir wahre Zufriedenheit trotz unerfüllter Wünsche erleben?

1. **Unzufriedenheit – Eine destruktive Abwärtsspirale**
2. **Zufriedenheit fällt nicht vom Himmel**
3. **Zufriedenheitskiller – Das Leid mit dem Neid**
4. **Dankbarkeit – Der Schlüssel zur Zufriedenheit**

Facettenreich – Rohdiamant in Gottes Hand

Wir erfahren einiges zum Ursprung und zur Bearbeitung eines Diamanten und ziehen Parallelen wie Gott uns gesucht und gefunden hat und uns dann in Seine Werkstatt nimmt, schleift und bearbeitet. Wenn wir dann in Sein Licht gehalten werden und Ihn widerspiegeln, kommt unsere wahre Schönheit zur Entfaltung.

1. **Wertvoller als Diamanten**
2. **In der Werkstatt Gottes – Die Bearbeitung eines Diamanten**
3. **Schleifen und geschliffen werden – Umgang mit den Schleifsteinen unseres Lebens**

4. **Wenn das Schleifen und Bearbeiten weh tut – Umgang mit Leid**

SPIEGLEIN, SPIEGLEIN AN DER WAND…

1. **Wer ist die Schönste im ganzen Land?**

   Anhand einer Power-Point-Präsentation untersuchen wir die verschiedenen Schönheitsideale in der Geschichte und in den verschiedenen Kulturen. Dann schauen wir in die Bibel und werden vielleicht ganz erstaunliche Entdeckungen zum Schönheitsideal der Bibel machen.

2. **WENN MAN(N) DEINEN WERT BESTIMMT…**

   In welchen Spiegel schauen wir? Wer hat das Recht unseren Wert zu bestimmen und wie kann ich ausbrechen aus dem Teufelskreis des Minderwertigkeitsgefühls

3. **Wenn Gott uns Seinen Spiegel vorhält …**

   Was sind Gottes Gedanken über mich? Halt ich es aus, in Seinen Spiegel zu schauen? Nehme ich Seine Wahrheit und Seine Gedanken über mich an?

WÜSTENERFAHRUNGEN - GOTTESERFAHRUNGEN

1. **Hagar und der Brunnen des Lebendigen**
2. **Mose und der brennende Dornbusch**
3. **Elia und das stille Säuseln**
4. **Jesus in der Wüste**

Gehe hin zur Ameise … Geistliche Wahrheiten von der Tierwelt gelernt

1. **Orientiert leben – Insekten**
2. **Erneuert leben – Schmetterlinge**
3. **In Nachfolge leben – Schafe**
4. **Befreit leben – Adler**

GESTALTE DEN GARTEN DEINES LEBENS

1. **Was du heute säst, das wird dir morgen blühen – Einführung**
2. **Gestalte den Garten deines Lebens**
3. **Gottes Wort – Der gute Samen**
4. **Säe in das, was bleibt – In Beziehungen investieren**
5. **Feiere Ernte-Dank – Gottes gute Gaben genießen**

BEHÜTE DEIN HERZ!

1. **Herzkrankheiten – Anzeichen frühzeitig erkennen**
2. **Herztöne – Wofür schlägt mein Herz?**
3. **Wenn das Herz in die Hose rutscht – Umgang mit Angst**
4. **Was das Herz vor Freude höherschlagen lässt**

TIEF VERWURZELT UND FEST GEGRÜNDET

Die Bibel vergleicht einen gläubigen Menschen mit einem Baum, der seine Wurzeln zum Bach hin ausstreckt. Wurzeln entziehen sich in der Regel unseren Blicken, doch von ihrer Gesundheit und Funktionsfähigkeit hängt die Existenz des ganzen Baumes ab. So auch beim Menschen: Jeder Mensch, der wachsen und groß werden, sich entfalten und bestehen, wirken und Frucht bringen will, braucht die verborgenen Wurzeln, das tiefe Verwurzeltsein in Christus, dem Ursprung des Lebens. In diesem Sinne sollen die Bibelarbeiten eine „geistliche Wurzelbehandlung" sein.

Tief verwurzelt und fest gegründet …

1. **… wie ein Baum, gepflanzt an Wasserbächen**
2. **… in Christus**
3. **… in Zeiten der Krise**
4. **… im Alltag**

IMMER JÜNGER – WERDEN, BLEIBEN, MACHEN

1. IMMER JÜNGER WERDEN UND BLEIBEN – Die biblische Grundlage
2. PHASEN DER JÜNGERSCHAFT – am Beispiel von Petrus
3. ALS JÜNGER JESU WACHSEN – Wie geschieht Veränderung?
4. JÜNGER MACHEN – Andere in der Jüngerschaft anleiten und begleiten

---

LEBEN AM REICH GEDECKTEN TISCH

1. Schmecket und sehet, wie freundlich der Herr ist
2. Das Mahl in der Wüste – Gott versorgt auch in Zeiten der Krise
3. Das Mahl am Ufer – Frühstücken mit Jesus
4. Das geteilte Mahl – Andere einladen zum Tisch des Herrn
5. Gefüllte Speisekammern – Vorräte für die Seele sammeln

BERG- UND TALERFAHRUNGEN DES LEBENS

1. Berge als Orte der Anbetung
2. Berge als Orte des Rückzugs und der Neuorientierung
3. Wie komme ich über den Berg? Disziplin und Gewohnheiten helfen
4. Berge versetzen – Wenn Sorgenberge mir die Sicht versperren
5. Wie ein Ochse vor dem Berg? Wie treffe ich gute Entscheidungen für mein Leben?
6. Gemeinsam über Berg und Tal! Über die Kraft der Gemeinschaft

---

IM SCHATTEN DES ALLMÄCHTIGEN

1. Bleiben im Schatten des Allmächtigen – Psalm 91
2. Zuflucht im Schatten des Allmächtigen - Rut
3. Leben im Schatten des Heiligen - Jesaja
4. Flucht vor dem Schatten des Allmächtigen - Jona