

## GESTALTUNGSDIEEN FÜR EURE GEMEINSAME ZEIT



Würzig soll es in diesem Jahr werden: spannende Entdeckungen warten auf euch, „Aktionen“ laden zum Mitmachen ein und kleine Impulse setzen einen ruhigen Akzent.

### Hier ein paar Ideen und Tipps für die Gestaltung:

- Die 7 Wochen-Aktion will zum Nachdenken anregen, **stärken und ermutigen**. **Daher:** Wählt aus den Briefen die Impulse und Gedanken aus, die euch ansprechen. Nicht jede Familie ist gleich. Oft findet ihr verschiedene Anregungen zur Auswahl.
- Auf der Webseite [www.elternbriefe.de/7wochenweiter](http://www.elternbriefe.de/7wochenweiter) findet ihr **vertiefende spirituelle Impulse** – unsere Bettkantenimpulse – zu den jeweiligen Wochenthemen – schaut gerne mal nach!
- Vielleicht ist es für euch ungewohnt, gemeinsam über Familienthemen ins Sprechen zu kommen oder zusammen ein Gebet zu zusprechen. Habt Mut und wagt einen Versuch.
- Erfahrungsgemäß ist es sinnvoll, sich innerhalb der Woche einen **'festen Termin'** für die Aktion zu vereinbaren.
- Es gibt keine „richtige“ Zeitdauer für die Teilnahme an der Aktion: Tauscht euch aus, wie lange ihr euch Zeit nehmen wollt/könnt. Weniger ist dabei manchmal mehr!
- Ihr könnt ein **kleines Ritual** mit dieser Zeit verbinden, um sie bewusst aus dem Alltag herauszuheben, wie z. B.: eine Blume auf den Tisch stellen, eine Kerze anzünden, leise Musik hören, sich woanders als üblich zusammensetzen, etwas zum Trinken bereitstellen. Eurer Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt: Ihr spürt, was euch guttut und was mit euren Kindern funktionieren kann.
- Gerade weil „7 Wochen gut gewürzt“ euer Familienleben beleben und stärken will, kommen eventuell auch konflikthafte Themen zur Sprache. Das ist ein gutes Zeichen auf dem Weg zu wirklichem Kontakt miteinander. Je nachdem kann auch eine „Vertagung“ klug und sinnvoll sein. Vielleicht probiert ihr dann mal eine **„Familienkonferenz“** aus. Hier findet ihr eine „Anleitung“ wie ihr konstruktiv zusammen ein Thema besprechen könnt. ([www.elternbriefe.de/familienkonferenz](http://www.elternbriefe.de/familienkonferenz))
- Ihr spürt, dass derzeit doch alles „zu viel“ wird? Die „7 Wochen ...“ können auch zu jeder anderen, vielleicht passenderen Zeit im Jahr begonnen werden. Zum Beispiel an einem langen Wochenende oder in den Ferien.