

die Familienpost

Ausgabe °8
Winter 2024

Inspirationsschrift von



Das Schönstatt Familienseminar startet 2025 mit neuen Kursen.

Interview mit den Verantwortlichen – 3

„Hauskirche bedeutet für uns das Christ-Sein im Alltag.“

Ehepaar Freund im Familientalk – 8

Das grosse Familienfestival

Das sechste Deutschschweizer Weltfamilientreffen fand am 17. August 2024 in Einsiedeln statt. Auf dem Gelände der Klosterschule versammelten sich rund 400 Personen zu diesem Tag der Glaubensfreude. Neben einem reichhaltigen Kinderprogramm gab es Impulse für die Eltern.



Die Familien strömten zum sechsten Weltfamilientreffen ins Kloster Einsiedeln.

Die rund 80 teilnehmenden Familien konnten ein vielfältiges Programm besuchen. Für die Kinder wurde ein extra aufgebautes Spielgelände angeboten – erstmalig gar mit einer tollen Kinder-Eisenbahn – der christliche Familienmusiker Christof Fankhauser spielte ein unterhaltsames Konzert und auch ein Kasperli-Theater durfte nicht fehlen. Die Eltern besuchten derweil ein Refereat des österreichischen Ehepaares Maria und Richard Büchsenmeister zum Thema „stark, selbstbewusst und aufgeklärt“ (Buchtipps Seite 8). Büchsenmeisters gelang es sehr anschaulich und überzeugend die Vorteile einer pro-

aktiven Sexualerziehung aufzuzeigen und verbanden ihre Erzählungen mit vielen Erfahrungswerten aus ihrem reichen Fundus als Eltern von zwölf Kindern.

Reiches Programm

Auch Workshops fanden statt, unter anderem einer zum Thema „Eltern sein, Paar bleiben“ vom jungen Schweizer Ehepaar Stefanie und Damian Freund aus Olten (Interview Seite 8). Verschiedene Organisationen und Gemeinschaften, die sich allesamt mit eigenen Angeboten in der katholischen Familienpastoral betätigen, führten zudem Marktstände, an denen die Familien un-

terhaltsame Aktivitäten ausführen konnten. Das weltweit tätige Hilfswerk Mary's Meals, das beim Weltfamilientreffen erstmals als Sozial-Partnerin fungierte, bot den Familien feine Frozen Yoghurts an, was auf grossen Anklang stoss.

Familienrosenkränze

Zum Schluss des eintägigen Treffens versammelten sich alle teilnehmenden Familien zum grossen Familiengottesdienst in der Einsiedler Klosterkirche. Abt Urban Federer, der am selben Tag seinen 56. Geburtstag feierte, stand der Messe vor und predigte über die persönliche Gottesbeziehung. Die Familien konnten im Anschluss einen je persönlichen Familiensegnen empfangen und die im Heiligen Land angefertigten Familienrosenkränze entgegennehmen. Pater Philipp Steiner, Mitglied des Organisationsteams, schrieb hierfür extra ein „Familiegesetzli“, eine Rosenkranz-Betrachtung für Familien.

2025 zum Heiligen Jahr

Die guten Erfahrungen und die positive Entwicklung der Weltfamilientreffen stimmt zuversichtlich. 2025 wird das Treffen an die Feierlichkeiten des Heiligen Jahres angegliedert. So wird das Weltfamilientreffen am 23. August in Einsiedeln unter dem weltkirchlichen Motto „Pilger der Hoffnung“ stehen. Passenderweise dürfen wir dazu einen Ehrengast aus Rom begrüssen: Zisterziensergeneralabt Mauro-Giuseppe Lepori, der Schweizer und Autor geistlicher Bücher ist, wird als Hauptreferent fungieren.

Editorial

Wege ermöglichen

Der Konjunktiv ist ein häufiger Begleiter in Ehe und Familie. Viele Paare spüren oder wissen um ihre Bedürfnisse und die Bedeutung, sich für die Ehe und die Familie zu investieren. „Ein paar Tage nur für uns zwei würden uns gut tun“; „Kontakt mit anderen Familien pflegen wäre wichtig, gerade für die Kinder“; „mit anderen den Glauben teilen gäbe uns Mut auf dem Glaubensweg“.

Die Umsetzung ist nicht einfach. Wie oft erlebe ich es im eigenen Alltag, dass schlicht die Zeit fehlt sich konkret um ein Anliegen zu kümmern. Wenn die Zeit da ist, fehlt die Ruhe oder die innere Freude und den Mut, das anzugehen. Als VisionFamilie sind wir bemüht diese Wege zu ermöglichen. Zuerst mit dem Offensichtlichen, nämlich dem Angebot. Die Verknüpfung von Familien am Weltfamilientreffen, die Stärkung im Glauben durch das Bekanntmachen lebendiger Glaubensorte, die Auszeit in der Ehe oder die Zeit als junges Paar in der EheRetraite.

Können wir für die Ruhe, die Freude und den nötigen Mut besorgt sein? Mehr als wir denken! Für die Ruhe braucht es das Mittragen in den eigenen Ruhezeiten, im Gebet. Nichts wird möglich ohne Gebet. Betet, dass Paare die nötige Ruhe finden für ihre Wege. Ohne unser Beten wird es nicht geschenkt. Für die Freude braucht es unsere Freude am Glauben, an der Zeit zu zweit, an der Familie. Eigene Freude entzündet andere. Für den Mut braucht es Ermutigung. „Ja, wir fahren jeden Sonntag 30 Minuten zum Gottesdienst...“; „Am Weltfamilientreffen haben wir uns kennengelernt...“; „Die EheRetraite hat uns gut getan...“. VisionFamilie sind wir alle. Wege ermöglichen und erbeten wir alle. Schön, sind wir gemeinsam im Glauben unterwegs.



Rainer Barmet lebt mit seiner achtköpfigen Familie in Cham und ist mit seiner Frau Lisa mitverantwortlich für die EheRetraite.

Save the Date

Weltfamilientreffen
Samstag, 23. August 2025
Einsiedeln

ZUM HEILIGEN JAHR

Eine EheRetraite für alle

Gott ist gross! Das sagen wir uns und bekennen wir jedes Mal nach einer EheRetraite. Bereits durften wir zehn EheRetraiten erleben. Der Blick auf diese zehn Retraiten zeigt uns, wie Gott führt und wirkt. Denn jede Durchführung hat richtig gut gepasst, wie sie war.

Zahlen erzählen nicht das Wesentliche, aber sie zeichnen den Rahmen gut ab, in dem sich Wesentliches ereignet. In fünf-einhalb Jahren haben an den zehn EheRetraiten 84 Paare teilgenommen, die kleinste Gruppe waren 6 Paare, die grösste Gruppe 11 Paare. Nur einmal konnte sie wegen Corona nicht stattfinden. Die Teilnahmen in Weggis und Disentis sind praktisch gleich gross. Wir durften 15 verliebte Paare begrüßen, 44 verlobte Paare und 25 verheiratete Paare.

Hinter diesen Zahlen stehen Menschen mit ihrem Leben. Es sind Lebensentwürfe, die überraschend unterschiedlich sind. Dies lässt sich bereits am riesigen Berufsspektrum ablesen. Es ist praktisch alles vertreten: Ärztin, Landwirt, Kirchenmusiker, Studentin, Landschaftsgärtner, Lehrerin, Berufsbildner, Lastwagenchauffeur, Steuerberater, Konditorin, Spengler, Bauführer, Vollzeitmami, Köcher, Pflegefachfrau, Agrotechniker, Polizist, Unternehmensberaterin, Forscherin, Zimmermann, Sozialpädagogin, Lektor, Schreiner, Wirtschaftsinformatiker, Künstler, Jurist, Hebamme, Ingenieur, Journalistin und vieles mehr.

Wo gibt es das noch?

In unterschiedlichsten Kombinationen lernen sie sich beim Tischgespräch bei den Essenszeiten kennen, tauschen sich intensiv und gerne aus und laden sich nicht selten zur Hochzeit gegenseitig ein. Treffend gab uns jemand mal die Rückmeldung „so toll, dass es hier möglich ist, dass Bützer und Studierende so gut miteinander ins Gespräch kommen. Wo gibt es das noch?“.

Gross ist die Motivationsbreite der Paare. Es gibt den unmittelbaren Feinschliff vor der Hochzeit, das besser Kennenlernen, die längst nötige Auszeit als Ehepaar, das



Die teilnehmenden Paare können an der EheRetraite themenspezifische Vorträge hören.

ernsthafte Prüfen im Blick auf eine Verlobung, die konkrete Ehevorbereitung, die bewusste Zeit zu zweit, ja sogar den Rettungsanker. Das grosse Geschenk für uns liegt in der Erfahrung, dass sich diese unterschiedlichen Motivationen bei der konkreten Retraite nicht im Weg stehen, sondern sich positiv auswirken. „Bereicherung“ ist das grosse Feedbackstichwort. Auf einen Satz gebracht schätzen die Verheirateten das Feuer der Verliebten, die Verliebten die konkreten Wege der Verlobten und die Verlobten das Zeugnis der Verheirateten. Wir tun uns gegenseitig gut, weil wir Menschen am einfachsten am konkreten Leben lernen.

Überraschend verschieden ist die religiöse Verwurzelung der einzelnen Teilnehmenden. Viele Paare sind auf einem meist intensiven Glaubensweg. Dabei kommen verschiedene Spiritualitäten zum Vorschein. Weiter gibt es Teilnehmende mit evangelischen oder freikirchlichen Wurzeln, andere haben noch keinen oder einen längst vergangenen

religiösen Background. Sie alle sind mit einem Gewinn an diesen Tagen dabei. Oftmals überrascht von diesem Gewinn melden sie es ganz bewusst zurück. Darum dürfen wir es so überzeugt schreiben. Welch ein Geschenk. Spätestens an diesen Punkten merken wir als Organisatoren, dass wir dies nicht machen können – es ist geschenkt.

Beschenkt als Paar

Beschenkt werden alle. Uns kommen unterschiedlichste Situationen in den Sinn. Zum Beispiel ein Paar, das Bindungen zur Herkunftsfamilie als Auslöser eines Konfliktes erkannt hat und nun gemeinsam Entscheide fällt und den eigenen Weg gehen möchte. Oder ein Paar das in den Paargesprächen dank konkreten Fragestellungen noch einmal eine Stufe tiefer kam und sich Erlebnisse und Bedürfnisse sagen konnte, wie das bisher noch nicht möglich war. Noch mal ein anderes Paar, bei dem beide engagiert und verwurzelt im Glauben sind, und das erkannte, dass es neu darum geht gemeinsam einen Glaubensweg zu gehen, sich zu erzählen, zu beten und sich als Paar auf den Weg zu machen. Viele Paare verdanken der sogenannten T-JTA (*Taylor-Johnson Temperament Analyse*) und den damit verbundenen Gesprächen mit einem Begleithepaar, dass sie sich und ihre Gemütsart besser verstehen und viele alltägliche Lebensangewohnheiten besser einordnen und ansprechen können.

Das letzte beschenkte Paar, das wir erwähnen möchten sind wir selber. Jede EheRetraite ist ein Geschenk für unsere eigene Ehe, weil die Schönheit der Berufung sichtbar wird, dass Gott sich in der Liebe der Ehepaare in dieser Welt offenbaren will und er sich um die Ehepaare bemüht.

Lisa und Rainer Barmet leben mit ihrer Familie in Cham. Sie bilden zusammen mit P. Bruno Rieder OSB (Kloster Disentis) das Kernteam der EheRetraite (eheretraite.ch)

Ein Dank und ein Ausblick

Während fünf Jahren ist die EheRetraite in einem stabilen Referententeam gewachsen und gereift. Im vergangenen Mai gab es den ersten Wandel. **Rahel und Werner Heller** (Bild) haben sich nach neun EheRetraiten zurückgezogen. Fünf Jahre lang haben sie als Referenten gewirkt und im EheRetraite-Team alle EheRetraiten von A bis Z miterlebt und mitgetragen. Ihre berufliche Heimat, Werner als Chiropraktor, Rahel im Bereich der neuromotorischen Entwicklungsförderung, war ein grosser Gewinn. Ihr ganz konkret gelebtes Christsein ein starkes Zeugnis. Wir und die ganze VisionFamilie sind euch, Rahel und Werner, extrem dankbar für dieses grosse Engagement, für euer Ja mitten in möglichen Ruhezeiten euch mit Elan für Paare zu engagieren. Wir vermissen euer fröhliches Gemüt, euer Anpacken und die vielen Gespräche mit euch.



Seit diesem Mai neu im Referententeam mit dabei ist ein weiteres vielversprechendes Paar, das vielfältig engagiert ist und dennoch zusagte. Willkommen **Sabeena und Pradeep Pattaru** aus Rapperswil im Kanton Aargau. Wir freuen uns über euer Dabeisein sehr!

Impressum: „Die Familienpost“ ist eine Inspirationsschrift vom Verein VisionFamilie und erscheint zweimal jährlich in einer Auflage von 1800 Exemplaren. Gedruckt in der Schweiz. VisionFamilie, Klosterstrasse 2, 6300 Zug – sekretariat@visionfamilie.ch, 041 525 19 73

Danke für jede Spende – Die Arbeit von VisionFamilie ist möglich dank vielen Spenden: CH45 0900 0000 1510 4676 6

Kolumne

Eins nach dem anderen

Glücklicherweise ist mir meistens nicht bewusst, dass wir mit sieben Kindern eine ziemlich aussergewöhnliche Familie sind. Wenn wir alle zusammen unterwegs sind – in den Ferien oder auf Ausflügen – merke ich manchmal, wie auffällig wird sind. Fremde beginnen verstohlen zu zählen und zu tuscheln, Mutigere fragen, ob denn das alles unsere Kinder seien. In Italien, wo eine so grosse Familie für viele unvorstellbar ist, hat mich einmal eine Frau gefragt: „Wie macht man das“ Meine Antwort lautete kurzerhand: „Eines nach dem anderen.“ Ihr Mann lachte daraufhin laut. Die Frage zielte ja wahrscheinlich nicht auf die Fortpflanzung und meine Antwort tut dies genauso wenig. Es tönt vielleicht banal, aber wir haben tatsächlich ein Kind nach dem anderen bekommen. Ich wurde nicht über Nacht Mutter von sieben Kindern. Nein, das erste Kind hat mein Leben so grundlegend verändert, dass ich mir damals nie hätte vorstellen können, noch sechs weitere zu bekommen. Mit jedem Kind kamen weitere Aufgaben und Erfahrungen dazu.

Selbstverständlich gibt es inzwischen höhere Wäscheberge, grössere Pfannen und mehr Termine zu managen. Gleichzeitig wurden Routinen effizienter und die grösseren Kinder können die eine oder andere Aufgabe übernehmen. Lange Zeit hatte ich zwar zwei Windelkinder gleichzeitig, aber sonst bringt jedes Kind andere altersspezifische Herausforderungen mit sich: vom Durchschlafen bis zur Berufswahl. Was mich am meisten Nerven und Geduld kostet, sind kranke oder streitende Kinder. Da gibt es Momente, wo ich am liebsten schreiend weglaufen würde. Diese Momente gäbe es bestimmt auch mit weniger Kindern. Unvorstellbar, wenn immer die gleichen zwei streiten würden! So haben sie zumindest eine Auswahl, mit wem sie gerade streiten wollen, während ich eine gewisse Abwechslung habe, über wen ich mich gerade ärgern kann. Die Kinder haben jedoch auch unzählige Konstellationen zum Spielen, vielfältige Ideen und selten Langeweile. Und ich habe viele Gelegenheiten zur Freude und Dankbarkeit, vom ersten Lächeln eines Babys bis zu einem interessanten Gespräch mit einem Jugendlichen.

Gott hat uns sieben Kinder anvertraut, jedes gehört dazu. Wir können mit Seiner Hilfe rechnen. Wenn wir nicht mehr weiterwissen oder -können, dürfen wir die Situation dem himmlischen Vater übergeben. Unsere Kinder sind noch jung und die Herausforderungen werden zunehmen, bis jedes seinen Platz in der Welt gefunden hat. Aber wir wissen: Es kommt eins nach dem anderen.



Elisabeth Theuerzeit
42, studierte Politikwissenschaftlerin, Vollzeitmutter von sieben Kindern, Familienmanagerin, Hausfrau etc.

Als Familien gemeinsam unterwegs

Seit vielen Jahren bietet die Schönstatt Bewegung mit Erfolg zweijährige Familienseminare an. Die Ehepaare Karin & Michael Roth und Romaine & Andreas Wyer leiten diese Seminare in Quarten SG und Brig VS. 2025 starten an beiden Standorten jeweils neue Seminare-Gruppen: im Frühling in Brig, im Herbst in Quarten. Wir haben mit Roths und Wyers darüber gesprochen.



Was ist das Familienseminar genau, was kann man sich darunter vorstellen?

Im Familienseminar werden Paare in ihrer Beziehung gestärkt. Im Berufsleben sind Weiterbildungen selbstverständlich. Es lohnt sich sehr, auch Zeit in die eigene Paarbeziehung zu investieren. Das Seminar folgt einem pädagogischen Ansatz. In Referaten – meist von Ehepaaren gehalten – werden konkrete Alltagsthemen beleuchtet. Das Familienseminar orientiert sich an positiven Beispielen. Es wird aufgezeigt, wie der Beziehungs- und Familienalltag gelingen kann. Die Paare bekommen Zeit zu zweit und tauschen sich über das Thema aus. Sie schätzen die Zeit sehr und wissen, dass ihre Kinder liebevoll betreut sind. Oft entstehen tiefgründige Gespräche, in denen sich das Paar gegenseitig noch besser kennenlernt. Die Anregungen sind immer als reichhaltiges Angebot zu verstehen. Jedes Paar nimmt das heraus, was in seiner aktuellen Lebenssituation wichtig ist.

An wen richtet sich das Angebot genau?

Das Familienseminar möchte Ehepaare und Familien erreichen, die ihre Beziehung stärken wollen. Die Grundhaltung und das Menschenbild des Seminars basieren auf der Pädagogik von Pater Josef Kentenich, dem Gründer der Schönstatt-

bewegung. Das Seminar hat also einen christlichen Hintergrund. Der christliche Glaube ist keine Voraussetzung, die Teilnehmenden sollten ihm gegenüber jedoch offen eingestellt sein. Weiter werden zeitaktuelle Themen aufgegriffen und dabei Literatur und Forschungsergebnisse miteinbezogen. Die Themen richten sich an den Bedürfnissen der Teilnehmenden aus. Willkommen sind sowohl frisch verheiratete Paare wie auch solche, die schon etwas länger miteinander unterwegs sind. Das heisst, dass auch das Alter der Kinder variieren kann. Die Kinderbetreuung wird entsprechend darauf ausgerichtet.

Könnt ihr etwas über die Entstehungsgeschichte der Familienseminare sagen?

Das Familienseminar in Quarten besteht seit über 30 Jahren. Die Marienschwester Mariza Signer konzipierte es und führte es 1994 zum ersten Mal durch. Zusammen mit jungen Ehepaaren versuchte sie zu ergründen, wie Familie gelingen kann. Die Nachfrage war gross und mit der Zeit wurden parallel mehrere Kurse durchgeführt. Nach 20 Jahren gab sie die Leitung an die Begleitehepaare ab und diese führten die Seminare weiter. Bereits damals wurden die Themen auf die Bedürfnisse und Herausforderungen der Paare und Familien ausgerichtet. Über die Jahre ist das Seminar beweglich geblieben und hat sich immer wieder an die veränderten Lebenssituationen der Teilnehmenden angepasst. Heute bestehen zwei Familienseminare, eines in Brig und eines in Quarten. Beide werden von erfahrenen Ehepaaren geleitet.

Wie läuft ein Familienseminar genau ab, wozu verpflichten sich die Teilnehmer?

Damit die Paarbeziehung nachhaltig wachsen kann, finden mehrere Treffen über einen Zeitraum von eineinhalb bis zwei Jahren statt. Aktuell sind es etwa 16 Seminartage, verteilt auf einzelne Sonn-

„Im Familienseminar können wir die Zeit nach den Inputs bewusst für Paargespräche nutzen und von den Erfahrungen anderer Ehepaare profitieren.“

Stephanie und Sandro Bleiker

tage oder Wochenenden. Ein typischer Seminartag beinhaltet einen bis zwei Impulsvorträge mit jeweils anschliessendem Paargespräch und einem Erfahrungsaustausch in der Gruppe. Während der Essenszeiten sind die Familien wieder vereint und die Kinderbetreuerinnen und -betreuer geniessen ihre freie Zeit. Bei den Treffen wird eine heilige Messe angeboten. Die Priester freuen sich jeweils schon sehr auf lebhaftere Gottesdienste und beziehen die Kinder ein. Es wird versucht, die Kurskosten möglichst tief zu halten. Aus Solidarität bezahlen die Familien den Beitrag im Voraus. Bei den Treffen kommen Tagespauschalen sowie allfällige Übernachtungskosten hinzu. Falls die Kosten für ein Paar zur Herausforderung werden, findet sich mit der Kursleitung eine Lösung. Eine weitere wichtige Perspektive ist die Verpflichtung gegenüber der eigenen Partnerin, dem eigenen Partner, sich füreinander Zeit zu nehmen.

Was ist aus eurer Sicht der grösste Nutzen des Familienseminars?

Im hektischen Alltag geht oft der wichtigste Mensch vergessen: die Partnerin, der Partner. Im Seminar wird gezielt Raum geschaffen, damit die Paare an ihrer Beziehung arbeiten können. Die Teilnehmenden erzählen oft schon nach dem ersten Seminartag, wie gut ihnen die Impulse und vor allem die Zeit zu zweit getan haben. Sie sehen, dass sie nicht allein sind,

denn auch andere Paare sind gefordert. Es ist normal, wenn man bei der Kindererziehung mal wieder an die eigenen Grenzen kommt und nicht mehr weiterweiss. Nach guten Gesprächen mit dem Partner kann der Alltag wieder leichter gelingen.

Familienseminare gibt es in Quarten und Brig. Was sind die Unterschiede?

Während in Quarten die Seminare mehrheitlich an einzelnen Sonntagen stattfinden, werden sie in Brig hauptsächlich übers Wochenende geführt. Selbstverständlich sind Paare aus der ganzen Schweiz im Wallis willkommen. Von Luzern aus, zum Beispiel, ist man mit dem Zug in zwei Stunden in Brig. Die Themen können voneinander abweichen, je nach Verfügbarkeit von Referenten und weil die Themen auf die Bedürfnisse der jeweiligen Teilnehmer abgestimmt werden. Am wichtigsten für ein erfolgreiches Seminar sind die Teilnehmerfamilien. Somit ist jedes Seminar auch ein Stück weit einzigartig.

Welche Inhalte werden an den Familienseminaren behandelt?

Kommunikation ist eines der Einstiegs-themen. Wie bleiben wir als Paar stetig im Austausch? Das Paargespräch ist ein fester Bestandteil jedes Seminartages und wird so zur Normalität. Dann wird beleuchtet, wie sich Frau und Mann unterscheiden und sich als Paar ergänzen. Diese Unterschiede können eine Bereicherung für beide Ehepartner sein. Weitere Themen sind das Gestalten des Alltags, Wertschätzung, Streit und Versöhnung, Sexualität und das Leben des Glaubens im Familienalltag. Auch die Kindererziehung beschäftigt die Eltern natürlich, weshalb Erziehungsfragen ebenfalls thematisiert werden.

Wenn Familien sich angesprochen fühlen: Was wäre ein erster Schritt, den sie gehen können?

Die Kursleitung freut sich auf jede Kontaktaufnahme und beantwortet gerne alle Fragen. In einem zweiten Schritt möchte sie sich und das Familienseminar gerne bei den Familien persönlich vorstellen und die Erwartungen abgleichen. Danach können die Paare immer noch frei entscheiden, ob sie an einer Teilnahme interessiert sind.

Alle Infos: www.familienseminar.ch

„Bei jedem Treffen konnten wir durch die Inputs unseren Familienkompass erneut ausrichten, die Segel setzen und gestärkt mit frischem Wind unserem Ziel entgegensteuern.“

Lea und Pierre Biege

„Der grosse Nutzen für uns: Dass wir Gedankenanstösse von aussen bekommen und im Kontakt mit gleichgesinnten Familien sein können.“

Lydia und Simon Jauch

Fotos vom WFT 2024

Einige Impressionen vom sechsten Weltfamilientreffen 2024 in Einsiedeln. Schön war's.





Weitere Fotos vom Treffen sind zu finden unter www.welfamilientreffen.ch



Terminkalender

Eine Auswahl an Terminen – überregionale, katholische Angebote für Ehepaare, Familien und Kinder aus der Deutschschweiz.

Für Ehepaare

EheRetraite

Wertvolle Tage für die Beziehung, die Ehe. Entspannung und Vertiefung zugleich. Für verliebte, verlobte oder verheiratete Paare. Zwei Durchführungen im Jahr, einmal in Weggis in einem Wellness-Hotel und einmal in Disentis im Benediktinerkloster. In Disentis mit Kinderlager für Kinder ab drei Jahren.

WANN: 1. bis 5. Januar 2025 in Disentis (mit Kinderlager), 28. Mai bis 1. Juni 2025 in Weggis
WO: Kloster Disentis GR (Winter), Wellnesshotel Gerbi, Weggis LU (Frühling)
WER: VisionFamilie
INFOS: www.eheretraite.ch

Ehevorbereitung „Wir sagen Ja“

In einer entspannten und offenen Atmosphäre werden psychologische, juristische und theologische Aspekte zum Thema Eheschliessung und Paarbeziehung beleuchtet. Jeweils von 8.45 bis 17.45 Uhr. Die Veranstaltung ist eine Eintages-Angebot, folgende Termine können einzeln gebucht werden.

WANN: 8. Februar 2025 in Wetzikon ZH
8. März 2025 in Wetzikon ZH
29. März 2025 in Adliswil ZH
26. April 2025 in Birmensdorf ZH
31. Mai 2025 in Zürich
13. September 2025 in Stäfa ZH
WER: Katholisches Eheseminar Zürich
INFOS: www.eheseminar-zh.ch

KANA Wochenende März 2025

Ein Wochenende zum Thema „Als Paar bestehen – was hilft, beständig in der Partnerschaft zu leben?“ Als Paar innehalten, um die Beziehung zu vertiefen, anderen Paaren zu begegnen und Spiritualität als Ressource zu erfahren. Die Kinder erleben in einer altersspezifischen Gruppe ihr eigenes Programm.

WANN: 15./16. März 2025
WO: Bethanien, St. Niklausen OW
WER: Gemeinschaft Chemin Neuf
INFOS: www.chemin-neuf.ch

KANA Wochenende November 2025

Ein Wochenende, um als Paar innezuhalten, die Beziehung zu vertiefen, anderen Paaren zu begegnen und Spiritualität als Ressource zu erfahren. Die Kinder erleben in einer altersspezifischen Gruppe ihr eigenes Programm.

WANN: 15./16. November 2025
WO: Bethanien, St. Niklausen OW
WER: Gemeinschaft Chemin Neuf
INFOS: www.chemin-neuf.ch

KANA Summer Camp

Eine Woche als Paar und Familie mit Urlaub, Tiefgang, Leichtigkeit und Schönheit. Das Kana Summer Camp bietet euch an sechs aufeinanderfolgenden Tagen die Möglichkeit, eurer Beziehung Gutes zu tun: Impulse, Zeugnisse, Zeit zu zweit, Austausch mit anderen Paaren, Gebetszeiten... Gleichzeitig gibt es tagsüber ausreichend Zeit, als Paar/Familie einen Ausflug in der herrlichen Umgebung zu machen. Während des Programms der Eltern erleben die Kinder ein ihrem Alter entsprechendes Programm.

WANN: 27. Juli bis 2. August 2025
WO: Bethanien, St. Niklausen OW
WER: Gemeinschaft Chemin Neuf
INFOS: www.chemin-neuf.ch

Kurs Wahre Liebe – Theologie des Leibes

Die Theologie des Leibes ist eines der grössten Geschenke, die Johannes Paul II. der Kirche und der Menschheit gemacht hat. Sie ist eine tiefgreifende Betrachtung der menschlichen Sexualität und Liebe aus theologischer Perspektive. Sie betont die Berufung des Menschen zur Liebe und die Bedeutung des Körpers als Ausdruck der göttlichen Schöpfung.

WANN: 25. Januar 2025, 22. Februar 2025, 8./9. März 2025, 26. April 2025, 24./25. Mai 2025
WO: Seewen SZ
WER: BLESS Missionswerk
INFOS: www.blessmissionswerk.ch

Abenteuer Ehe – Vorbereitungskurs

Abenteuer Ehe ist ein Ehevorbereitungskurs. Er besteht aus einer Sequenz von fünf Themenabenden und einem Tagestreffen im Wochenabstand. Thematische Impulse von Referentenehepaaren, Gespräche zu zweit und der Austausch in der Gruppe machen die Treffen reich und bunt. Themen: geglückte Gespräche; wie bist du und wie bin ich; Sexualität; Ehesakrament; unser Weg zu zweit; Hochzeitsfeier.

WANN: Jeweils Sonntagabend 12. Januar 2025, 19. Januar 2025, 26. Januar 2025, 2. Februar 2025, 9. Februar 2025 + Tagestreffen am 15. Februar 2025
WO: online, Tagestreffen nach Absprache
WER: Schönstatt Ehevorbereitung Schweiz
INFOS: www.abenteuer-ehe.ch

Ehe im Fokus

08.45 Uhr Treffpunkt Pfarreiheim Cham ZG
09.00 Uhr Impuls, anschl. Paargespräch
Parallel dazu Programm für die Kinder
10.30 Uhr Eucharistiefeier
anschl. einfaches Mittagessen

WANN: 26. Januar 2025, 16. März 2025, 18. Mai 2028
WO: Cham ZG
WER: Pfarrei St. Jakob Cham
INFOS: www.pfarrei-cham.ch

Der Ehe-Kurs

Der Ehe-Kurs von AlphaLive&FamilyLife gibt euch die Möglichkeit an sieben Abenden Zeit in eure Ehe zu investieren. Dies von Zuhause aus. Es gibt an jedem Abend einen kurzen gemeinsamen Start, der Film und Austausch findet für euch zu zweit statt, und es gibt einen kurzen Schluss. Das Material und Ambiente kommt per Post zu euch.

WANN: 2. März bis 13. April 2025, 7 x jeweils am Sonntagabend um 20.15 Uhr
WO: online
WER: Ehepaare Barmet & Wyer
INFOS: lisarainer@barmet.ch

Zum Valentinstag eine Paarinsel

Paare sind im Alltag mit vielen Herausforderungen konfrontiert. Äussere Dinge müssen organisiert werden, sodass die Tage oft dicht und hektisch sind. Leicht geraten wir dadurch in Stress und verlieren den Liebespartner aus dem Blick. Dieser Abend am Zweiertisch ist mit Essen, Impulsen und Paaraustausch so angelegt, dass die individuelle Beziehung im Fokus steht, also eine wohltuende Begegnunginsel.

WANN: 14. Februar 2025, 18.45 bis 22 Uhr
WO: Bethanien, St. Niklausen OW
WER: Gemeinschaft Chemin Neuf
INFOS: www.chemin-neuf.ch

Wandertage im Paar

Vier Wandertage in der wunderbaren Natur im Herzen der Schweiz. Weitab vom Alltag eine Chance, sich selbst und den Partner beim Wandern noch einmal anders kennenzulernen und die Beziehung zueinander zu vertiefen.

WANN: 19. bis 13. Juli 2025
WO: Bethanien, St. Niklausen OW
WER: Gemeinschaft Chemin Neuf
INFOS: www.chemin-neuf.ch

Exerzitien für Ehepaare in Medjugorje

Wallfahrt nach Medjugorje mit Teilnahme an der internationalen, geistlichen Erneuerung für Ehepaare

WANN: 2. bis 8. Februar 2025
WO: Medjugorje BiH
WER: Catholix Tours
INFOS: www.catholix.ch

Für Familien

7. Deutschschweizer Weltfamilientreffen

80 bis 100 Familien mit Kindern im Vor- und Schulalter treffen sich zum grossen Glaubensfest. Es erwartet die Familien: Impulse, Gebetszeiten, Eucharistiefeier, vielfältiges Kinderprogramm, Konzert, gemeinsames Essen, Marktmeile, Workshops, Beichtmöglichkeit... Zu Gast: Generalabt Mauro-Giuseppe Lepori, Clown Gabidou, Ehepaar Wyer etc.

WANN: 23. August 2025
WO: Einsiedeln SZ
WER: VisionFamilie & Kloster Einsiedeln
INFOS: www.weltfamilientreffen.ch

Ferienfreizeit für katholische Familien

Inmitten einer herrlichen Berglandschaft, mit Blick aufs Matterhorn, liegt das Berghaus auf 1950 m. Die heilige Messe, der Rosenkranz und eine Katechese bilden den täglichen Rahmen. Den Tag verbringt man für sich als Familie oder in glaubensfroher Gemeinschaft mit den anderen Familien. Die Gegend ist unglaublich schön!

WANN: 9. bis 16. August 2025
WO: Bettmeralp VS
WER: Priesterbruderschaft St. Petrus
INFOS: www.fssp.ch

Anastasis – Gemeinschaftssunntig

Den Sonntag gemeinsam feiern mit Glaubensvertiefung/Impuls, Austausch, Anbetung, Beichtgelegenheit und vielem mehr. 10.30 Uhr Eucharistie, Picknick, altersgerechtes Nachmittagsprogramm (Kindergruppen nach Alter, Teenies, jüngere und ältere Erwachsene). Ende ca. 16.30 Uhr

WANN: 15. Dezember 2024 mit P. J.-U. Frey
12. Januar 2025 mit Birgit und Corbin Gams
9. März 2025 mit Fastenpredigt
11. Mai 2025 mit Priorin Sr. M. Beda Berg
8. Juni 2025 mit Pfingstfestival
WO: Zug
WER: Gemeinschaft der Seligpreisungen
INFOS: www.seligpreisungen.ch

Jungfamilientreffen in Kremsmünster (Ö)

Das Jungfamilientreffen findet 2025 wieder im Stift Kremsmünster statt. Seit 2003 treffen sich jährlich 150-200 Familien um Gemeinschaft, inspirierende Vorträge, heilige Messen, Versöhnung, lustiges Kinderprogramm mit Katechesen, Spiel, Spass, Abenteuer, das Theaterstück der jungen Helfer, den abendlichen Heurigen, Gebetszeiten mit Biene Maja&Willi, das Fest der Barmherzigkeit mit dem Höhepunkt der Woche: der Eherneuerung zu erleben.

WANN: 22. bis 27. Juli 2025
WO: Kremsmünster, Österreich
WER: Initiative Christliche Familie
INFOS: www.jungfamilien.at

Familihtag Zürich

Thema: Paar – Familie – Berufsleben – Wie finden wir unser Gleichgewicht? Einen Tag als Paar und Familie verbringen mit Impuls, Begegnung, Austausch und spirituellen Momenten, um unsere Partnerschaft erfrischen zu lassen.

WANN: 17. Mai 2025
WO: Zürich
WER: Gemeinschaft Chemin Neuf
INFOS: www.chemin-neuf.ch

Ostern für Familien

Gemeinsam Ostern feiern mit der Gemeinschaft Chemin Neuf und den Dominikanerinnen, Zusammen Jesus auf seinem Weg zu Kreuz und Auferstehung folgen.

WANN: 17. bis 20. April 2025
WO: Bethanien, St. Niklausen OW
WER: Gemeinschaft Chemin Neuf
INFOS: www.chemin-neuf.ch

Ignatianische Familientage

Für diese Treffen sind alle Familien eingeladen, die sich für die ignatianische Spiritualität interessieren und sich mit anderen Familien vernetzen möchten. Spirituelle Elemente, wie Gottesdienst, Impulse, Kleingruppenaustausch sind uns genauso wichtig, wie das gesellige Zusammensein bei Essen und Spielen.

WANN: 30. März 2025, 22. Juni 2025, 31. August 2025, 30. November 2025
WO: Bad Schönbrunn, Edlibach ZG
WER: Gemeinschaft Christliches Leben & Jesuiten
INFOS: linktr.ee/familien.gcl

Flüeli Ranft Familienwallfahrt

Wanderung von Sachseln nach Flüeli Ranft, gemeinsames Picknick/Brätle. Anbetung mit Lobpreis, Beichtgelegenheit und heilige Messe. 10.45 – ca. 16.00 Uhr

WANN: 9. Juni 2025
WO: Flüeli Ranft OW
WER: Gemeinschaft Servi della Sofferenza
INFOS: www.servidellasofferenza.ch

Familienferien

Familienferien – gemeinsam auf dem Weg des Glaubens. Natur erleben – den Alltag hinter sich lassen – Glaubensimpulse für die Eltern – heilige Messe und Kinderkatechese – spannende Gespräche – Glaubenszeugnisse – und vieles mehr... Wir freuen uns auf euch!

WANN: 14. bis 19. Juli 2025
WO: Davos GR
WER: Gemeinschaft Servi della Sofferenza
INFOS: www.servidellasofferenza.ch

Familienseminare Brig und Quarten

Wir stärken Familien. Im Tohuwabohu des Familienalltags geht oft der wichtigste Mensch vergessen, unser Partner. Gönnst euch Zeit zu zweit mit guten Gesprächen, zeitgemässen Impulsvorträgen und Austausch untereinander.

WANN: Start Mai 2025 in Brig VS
Start August 2025 in Quarten SG
WER: Familienbewegung Schönstatt
INFOS: www.familienseminar.ch

Siviriez Familienwallfahrt

Gemeinsame Carfahrt ab Einsiedeln – über Zürich – Zofingen – ins Fribourgerland. Besuch des Wohnhauses der heiligen Marguerite Bays, Spaziergang zur Kapelle Notre Dame, Mittagspicknick. Anbetung und heilige Messe. 7.00 – ca. 19.00 Uhr

WANN: 16. März 2025
WO: La Pierraz / Siviriez FR
WER: Gemeinschaft Servi della Sofferenza
INFOS: www.servidellasofferenza.ch

Neuenkirch Familienwallfahrt

Geistlicher Impuls, Spezialprogramm für Kinder, Anbetung und heilige Messe in der Krypta beim Grab von Vater Wolf (unterhalb Pfarrkirche). Individueller Fussmarsch zum Hof Rippertschwand, wo Vater Wolf lebte (Rundgang ca. 1 Stunde); ca. 14.00 – 16.30 Uhr

WANN: 26. Januar 2025
WO: Neuenkirch LU
WER: Gemeinschaft Servi della Sofferenza
INFOS: www.servidellasofferenza.ch

Auw Familienwallfahrt

Wir empfehlen unserer Schweizerheiligen Maria Bernarda Bütler all unsere Familien. Geistlicher Impuls, Spezialprogramm für Kinder; individueller Rundgang auf dem Besinnungsweg (ca. 1 Stunde); Anbetung und heilige Messe. Ca. 14.00 – 16.30 Uhr

WANN: 13. April 2025
WO: Auw AG
WER: Gemeinschaft Servi della Sofferenza
INFOS: www.servidellasofferenza.ch

Pater Pio Tag Rothenturm

Der heilige Pater Pio ist ein mächtiger Fürsprecher für unsere Familien. Geistlicher Impuls, Spezialprogramm für Kinder, Anbetung und Beichtgelegenheit, heilige Messe. 14.00 – ca. 16.30 Uhr

WANN: 21. September 2025
WO: Rothenturm SZ
WER: Gemeinschaft Servi della Sofferenza
INFOS: www.servidellasofferenza.ch

Jubiläum der Familien & Kinder

Papst Franziskus lädt zum Heiligen Jahr alle Familien, Kinder, Grosseltern und Älteren zu einer Wallfahrt nach Rom ein. Es gibt ein reichhaltiges Programm mit Konzerten, Aufführungen, Vorträgen, Gottesdiensten etc.

WANN: 30. Mai bis 1. Juni 2025
WO: Rom
WER: Vatikan
INFOS: www.iubilaeum2025.va

Für Kinder

Mädchenlager

Erlebe eine spannende Woche mit anderen Mädchen: Glauben teilen, freudiges Zusammensein, gemeinsam beten, Spiele, Lagerfeuer, Basteln, Ausflüge usw.

FÜR WEN: Mädchen bis 15 Jahre
WANN: 8. bis 10. Oktober 2025
WO: noch offen
WER: Gemeinschaft Servi della Sofferenza
INFOS: www.servidellasofferenza.ch

Kinderlager MFM

Wir sind ein röm.-kath. Kinderlager. Unser Hauptanliegen ist die Weitergabe des Glaubens. Wir feiern jeden Tag die heilige Messe mit unseren Priestern. Eine altersgerechte Katechese kann das Interesse der Kinder am Glauben wecken. Daneben gibt es Spiel, Spass, Sport und vieles andere mehr, das den Kindern Freude macht.

FÜR WEN: Mädchen und Buben bis 15
WANN: 12. bis 19. Juli 2025 Mädchenwoche
19. bis 27. Juli 2025 Knabenwoche
WO: Egg SZ
WER: Marianische Frauen- und Mütter
INFOS: www.mfmch.ch

Pfadfinder Zeltlager im Sommer

Abenteuerliches Zeltlager für Kinder ab 7 Jahren. Wir meistern grosse Geländespiele, schlafen im Zelt, kochen auf Feuer und feiern in der Natur Eucharistie.

FÜR WEN: Mädchen und Buben bis 15
WANN: 16. bis 26. Juli 2025
WO: Lagerplatz in der Zentralschweiz
WER: Feuerkreis Niklaus von Flüe
INFOS: www.feuerkreis.ch

Adventsweekend für Mädchen

Der Advent ist eine besondere Zeit! Wir möchten dem Sinn dieser Vorbereitungszeit noch tiefer auf die Spur kommen und uns auf Weihnachten vorbereiten – inhaltlich, spielerisch und kreativ.

FÜR WEN: Mädchen bis 15 Jahre
WANN: 29./30. November 2025
WO: Brig VS
WER: Schönstatt MJF
INFOS: www.schoenstattmjf.ch

KILA – Sommerlager junge Erneuerung

In einer spannenden Lagerwoche vertiefen und feiern wir unseren Glauben. Abenteuerliche Geländespiele, kreative Workshops und Lobpreis in der hauseigenen Kapelle begleiten uns.

FÜR WEN: Mädchen und Buben bis 15
WANN: 12. bis 19. Juli 2025
WO: Aarburg AG
WER: Jugendarbeit der charismatischen Erneuerung
INFOS: www.junge-erneuerung.ch

Mädchenweekends

Erlebe ein spannendes Wochenende mit anderen Mädchen: Glauben teilen, fröhliches Zusammensein, gemeinsam beten, Spiele, Basteln usw. (Weitere Daten siehe Homepage.)

FÜR WEN: Mädchen ab 8 bis 15 Jahre
WANN: 15./16. Februar 2025 in Magdenau SG
21./22. Juni 2025 in Einsiedeln SZ
WER: Gemeinschaft Servi della Sofferenza
INFOS: www.servidellasofferenza.ch

Frühlingsweekend für Mädchen

Singen, Tanzen, Spielen, Beten, Gruppenstunden, Lachen, miteinander einen Gottesdienst feiern, als Persönlichkeit wachsen – und das alles in schöner Gemeinschaft mit gleichgesinnten Mädchen. Wir Leiterinnen freuen uns schon riesig darauf!

FÜR WEN: Mädchen bis 15 Jahre
WANN: 5./6. April 2025
WO: Quarten SG
WER: Schönstatt MJF
INFOS: www.schoenstattmjf.ch

Sommerlager für Mädchen in Quarten

Singen, Tanzen, Spielen, Beten, Gruppenstunden, Lachen, miteinander einen Gottesdienst feiern, als Persönlichkeit wachsen – und das alles in schöner Gemeinschaft mit gleichgesinnten Mädchen. Wir Leiterinnen freuen uns schon riesig darauf!

FÜR WEN: Mädchen bis 15 Jahre
WANN: 6. bis 12. Juli 2025
WO: Quarten SG
WER: Schönstatt MJF
INFOS: www.schoenstattmjf.ch

Sommerlager für Mädchen im Tessin

Spiel und Spass gehört ebenso selbstverständlich zu unseren Lagern wie das gemeinsame Beten und Singen und spannende Gruppenstunden. Wir wollen miteinander als Persönlichkeit wachsen, die Freude an unserem Glauben teilen und Antworten auf brennende Fragen finden – und das alles in schöner Gemeinschaft!

FÜR WEN: Mädchen bis 15 Jahre
WANN: 14. bis 20. Juli 2025
WO: Aurigeno TI
WER: Schönstatt MJF
INFOS: www.schoenstattmjf.ch

Leiterinnenkurs für Mädchen ab Jg. 2011

Möchtest dich selbst besser kennenlernen, mit Gleichgesinnten diskutieren, im Glauben wachsen und ihn an andere weitergeben? Zum Kursinhalt gehören: Persönlichkeitserziehung, Umgang mit Medien, Schönstattbasics, Gebets- und Gottesdienstgestaltung, Gruppenleitung, Pädagogik, Entwicklungspsychologie von Kindern, Methodik, Erste Hilfe, Gemeinschaftspflege & vieles mehr.

FÜR WEN: Mädchen bis 15 Jahre
WANN: 28. September 2025
WO: Quarten SG
WER: Schönstatt MJF
INFOS: www.schoenstattmjf.ch

Für Teenies

Vieni a Roma

Reisen zum Jubiläum der Jugend in Rom.

FÜR WEN: Teenies bis 15 Jahre
WANN: Zwischen 19. Juli bis 4. August 2025
WO: Rom IT
WER: ARGE Weltjugendtag
INFOS: www.weltjugendtag.ch

Ist der Terminkalender nicht vollständig? Fehlt etwas? Wir freuen uns über Meldungen und Hinweise. Angebote können eingetragen werden unter: bit.ly/Termine9FP

Familie Freund

Ein Gespräch mit der WFT-Cover-Familie 2024.

Liebe Friends, könnt ihr uns eure Familie kurz vorstellen?

Wir sind Damian und Stefanie und gemeinsam mit unseren vier Kindern wohnen wir in Olten. Unser Jüngster verabschiedet sich langsam vom Baby-Sein, der Mittlere hat gerade seine geliebten Nuggis abgegeben, unsere Tochter liebt es in den Kindergarten zu gehen und mit ihren Freundinnen so richtig in die Pink-Glitzer-Prinzessinnen-Welt abzutauchen und der Grösste hat in der 1. Klasse blitzschnell das Lesen gelernt. Sonst sind wir sehr klassisch unterwegs, Damian arbeitet Vollzeit und Stefanie ist zu Hause. Das passt für uns sehr gut und wir sehen sehr viele Vorteile in dieser Aufteilung.

War es schon immer euer Wunsch, eine Familie in dieser Grösse zu haben?

Wir haben uns sehr jung kennengelernt und haben uns damals in unserer Pfarrei in die Kinder- und Jugendarbeit investiert. Um uns herum gab es einige Familien mit vier Kindern. Das hat uns sehr gefallen und uns wohl auch dazu inspiriert, selber einmal eine grosse Familie zu haben.

Was sind eurer Erfahrung nach die besonders schönen Momente als Familie?

Damian geniesst es, wenn wir gemeinsam am Tisch ein Spiel spielen und alle in irgendeiner Form dabei sein können. Stefanie findet es schön zu sehen, wenn sich die Kinder gegenseitig helfen und füreinander da sind. Gespräche vor dem Ins-Bett-Gehen mit den Grösseren zwei Kids gehören auch zu solchen Momenten. Aber auch das gemeinsame unterwegs sein und gestalten des Kirchenjahres mit all seinen wiederkehrenden Festen bereiten uns viel Freude.

Beim Weltfamilientreffen in Einsiedeln habt ihr einen Workshop zum Thema „Eltern sein, Paar bleiben“ gehalten. Was waren da die zentralen Inhalte, die ihr vermitteln konntet?

So wie wir regelmässig unser Zuhause aufräumen und Ordnung schaffen, ist es auch für unsere Ehe und Familie wichtig, dass alle ihren richtigen Platz haben. Oft schleichen sich die Bedürfnisse der Kinder und die lange To-Do-Liste vor die Pflege unserer Beziehung. Es lohnt sich regelmässig innezuhalten und zu hinterfragen, ob die Verbindung zum Ehepartner noch vorhanden ist oder wir „nur funktionieren“. Wir haben das mit dem WG-Leben verglichen: Manchmal ähnelt unser Alltag eher einer gut laufenden WG, aber weniger einer innigen Liebesbeziehung. Wenn eine WG gut funktioniert, ist das ja schon einmal super, aber auf Dauer ist uns das einfach zu wenig. Um die Liebesbeziehung aufrechtzuerhalten nebst allen Herausforderungen des Elternseins, der Arbeit und des Haushaltes braucht es Einsatz von uns beiden. Schreiben wir unserer Beziehung Priorität und Exklusivität zu und investieren regelmässig in sie? Ja, das ist noch mehr Arbeit zu all dem anderen. Es ist aber Arbeit, die sich auf jeden Fall lohnen wird.



Die Familie Freund mit Stefanie (32) und Damian (34), sowie den Kindern Theodor (10 Monate), Emil (7), Anton (3) und Ida (5) vlnr. Dieses Foto zierte den Flyer des Weltfamilientreffens 2024.

Was hilft euch in der Spannung zwischen Eltern-Sein und Paar-Sein?

Gerade stecken wir in einer Phase mit schlechten Nächten, haben ein Dauer-Abo von Husten und Schnupfen und bauen ein Haus um. Am Ende eines Tages sind wir oft einfach nur noch müde. Manchmal schaffen wir es, uns noch einmal aufzuraffen und sitzen auf dem Sofa und haben eine gute Zeit. Meistens treffen wir uns aber einfach nur im Bett und schlafen nach einem kurzen Gebet ein. Wichtig finden wir, dass wir uns in solchen Zeiten keinen Druck machen und trotzdem wollen wir es nicht zu lange so laufen lassen, irgendwann muss das Ruder wieder in die andere Richtung gesteuert werden. Ist dann so eine Phase wieder überstanden, haben wir die Gewohnheit, dass wir uns einmal in der Woche zum Austausch treffen, meistens am Sonntagabend. Jeder darf von sich erzählen, wie es ihm oder ihr gerade geht, was ihn oder sie beschäftigt, was gerade ansteht oder wo persönliche Herausforderungen sind. Es ist uns wichtig, dass wir auf dieser Ebene miteinander verbunden bleiben, dass wir den anderen verstehen und die intimsten Gespräche mit unserem Ehepartner führen. Wenn möglich essen wir einmal in der Woche am Abend für uns, wenn die Kids schon im Bett sind. Da kochen wir uns etwas Feines und geniessen die Zeit zu zweit.

Welche Rolle spielt euer Glaube im Paar- und Familienalltag?

Während der Woche startet Stefanie mit den Kindern gemeinsam mit einer kurzen stillen Zeit in den Tag. Wir lesen in der Bibel, Beten oder Singen ein Lied. Wir beten vor dem Essen und schliessen den Tag mit jedem Kind am Bett mit Liedern und ei-

nem Gebet ab. Manchmal feiern wir einen kleinen Familiengottesdienst und auch die christlichen Feste sind fester Teil in unserer Familie. Am Sonntag sind wir im Gottesdienst. Hat jemand von uns das Bedürfnis für gemeinsames Gebet, dann tun wir das auch und schieben es nicht auf.

Ihr engagiert euch als Paar auch für Beziehungsangebote. Was kann man sich darunter vorstellen?

Wir organisieren bei uns in Olten das Angebot „Zeit zu zweit“, eine Art Date-Night für Paare. Bei einem drei-Gang-Abendessen erhalten die Paare einen kurzen Input zu einem Beziehungsthema. Dabei bleiben die Paare für sich und geniessen die Zeit zu zweit. In den vergangenen drei Jahren durften wir ausserdem beim GO-Wochenende für Verlobte als Referenten dabei sein. Das ist ein echt genialer Ehevorbereitungskurs von *Familylife*, den es neu auch als Outdoor-Version gibt.

Könnt ihr uns euren ultimativen Ehetipp verraten?

Egal wie stürmisch es ist, wir halten zusammen. Das bedeutet, dass wir unsere Eheschliessung nicht hinterfragen. Und haben wir einmal Streit, dann verlassen wir das Haus nicht, ohne dem anderen wenigstens den kleinen Finger zu geben, als Zeichen, dass wir trotz Allem verbunden bleiben. Und ein zweiter Tipp ist es, dass wir unsere Smartphones in einem Schrank deponiert haben und auch nicht mit ins Schlafzimmer nehmen.

Weitere Infos zu den erwähnten Angeboten: Zeit zu zweit, Date Night mit Impuls zu Beziehungsthemen – www.zeit-zu-zweit.ch Familylife, Seminare zur Stärkung von Beziehung und Elternschaft – www.familylife.ch

Generalabt am WFT 2025

Mauro Giuseppe Lepori, Generalabt des internationalen Zisterzienserordens, hat sein Kommen zum Weltfamilientreffen 2025 zugesagt. Der gebürtige Tessiner, der auch als Autor inhaltsstarker christlicher Literatur zu Beziehungsfragen bekannt ist, wird extra aus Rom anreisen, Impulse für die Ehepaare halten und auch dem Gottesdienst vorstehen.

Vorbereitung auf Erstkommunion



Sr. M. Florence Harder, Jugendverantwortliche der Schönstatt Marienschwestern, bietet einen Vorbereitungskurs für die Erstkommunion an. Kinder, die vor der Erstkommunion stehen, sind herzlich eingeladen sich zusammen mit ihren Eltern oder Grosseltern auf das Fest der ersten Kommunion vorzubereiten.

15. März 2025, Quarten SG
Weitere Infos: www.schoenstattmjf.ch

Grundkurs NER

In der Sexualität wird das Ehesakrament konkret. Die Theologie des Leibes ermutigt uns den natürlichen Zyklus der Frau als Grundlage für eine Empfängnisregelung zu wählen. In einem Kurs für Ehepaare wird die sympto-thermale Methode nach Rötzer erlernt.

15. März 2025, Cham ZG
Weitere Infos: www.myner.ch

Buchtipp

Maria und Richard Büchsenmeister begeisterten am Weltfamilientreffen 2024 mit ihrem eindrücklichen Vortrag „Stark, selbstbewusst und aufgeklärt“. Unter dem gleichen Titel gaben sie einen Bestseller heraus, den wir sehr empfehlen!

Stark selbstbewusst aufgeklärt

ISBN: 978-3-902336-04-0

Verlag Ehe Familie Buch

