

## *Themenliste*

### **1. Warum und wozu lebe ich?**

Inhalt: Von was lasse ich das „warum und wozu“ meines Lebens bestimmen? Gott hat mich geschaffen. ER will mein Freund sein und meinem Leben Sinn und Ziel geben. Ich darf mich neu entdecken.

### **2. Bleib in Gottes Spur**

Inhalt: Es braucht in unserem Leben einen Spurwechsel und dann heißt es, in Gottes Reich leben und bleiben.

### **3. Kleister – was eine Familie zusammen hält**

Inhalt: Liebe, Achtung, Respekt, Disziplin, Kommunikation und Gott, der dabei sein möchte und Vergebung und einen Neuanfang schenkt, wo es nötig ist.

### **4. Manchmal wünsche ich mir Flügel! (Vom Umgang mit Gefühlen)**

Inhalt: Was sind Gefühle? Von was hängen sie ab, ihre Eigenschaften und wie lebe ich damit?

### **5. Gönn dir was Gutes**

Inhalt: Wie macht man das? Ich kann mir etwas gönnen, wenn ich das Gute sehe, was ich schon habe. Von was lasse ich mich bestimmen?

### **6. Fit für Krisen**

Inhalt: Krisen bedeuten Gelegenheiten und Gefahr. Wie entstehen sie? Wie kann ich vorbeugen oder „fit“ dafür sein? Umgang mit „alt werden, Trauer und Tod, Ehekrisen“.

### **7. Genieße den Alltag!**

Inhalt: Mein Alltag ist Geschenk (Gabe) und dann Aufgabe; zusammengesetzt aus: meinem Leben, meiner Zeit, Menschen und dem Umfeld. Wie genieße ich das?

### **8. Bitter-süße Freiheit**

Inhalt: Was haben wir für eine Freiheit? Was hat sie uns gebracht? Freiheit zu was und wozu? Freiheit ist nur sinnvoll mit Gott und in der Verbundenheit mit IHM.

### **9. Neue Schritte wagen, als Frau und Mutter**

Inhalt: Im Leben heißt es immer wieder neue Wege gehen und Schritte tun. Dabei ist es wichtig, Entscheidungen aus der Vergangenheit zu bejahen um Neues wagen zu können.

### **10. Mit Gott im Leben wachsen**

Inhalt: Grund meines Lebens ist Jesus. Er hat mich geschaffen, geliebt und erlöst. Mit ihm kann ich mein Leben bejahen und im Leben wachsen (Psalm 73)

### **11. Ehrlich, echt und endlich ich**

Inhalt: Wenn ich nicht ehrlich bin, bin ich unehrlich, unecht und nicht ich. Es braucht ein bewusstes „Ja sagen“ zu mir, meinen Gaben, Grenzen und zum Wechsel im Leben. Dazu brauche ich einen Grund, den Gott mir anbietet.

### **12. Spannungen in Ehe und Familie – wie gehe ich damit um?**

Inhalt: Spannungen gehören zum leben. Wie kann Ehe und Familie gelingen in unserer Zeit? Es heißt, sich wieder neu auf Gott den Erschaffer der Ehe und Familie einzulassen und mit seiner Hilfe in den Spannungen wachsen.

### **13. Du bist du – entdecke deinen Wert**

Inhalt: Gott sagt ja zu dir. Gott weiß um deinen Platz. ER findet dich schön.  
Entdecke Gottes Gedanken in deinem Alltag und sei dir selbst gut.

### **14. Was prägte mich und wie lebe ich damit?**

Inhalt: Jeder wurde von der Zeit, Kindergarten, Schule, Elternhaus geprägt. Auch die Entscheidungen, die wir getroffen haben prägten – prägen uns.  
Meine allerbeste Prägung ist, Gottes Ebenbild zu sein. Das heißt, ich muss das wieder neu entdecken, damit ich die zweite Seite der Lebensmünze gut prägen kann und weiß, wer für die „Münze“ den Wert hinterlegt, nämlich Gott durch Jesus.

### **15. Lydia, eine Frau, die alles hatte**

Inhalt: ... und doch suchend war, genau zuhörte und glaubte.

### **16. Jochebed – Mut zum Leben, Mut zum Kind**

Inhalt: Jochebed weiß: „Gott lenkt mein Leben, Ehe und Familie“. Sie vertraut auf Gott, nützt ihre Zeit und traut Gott Großes zu.

### **17. Die ideale Frau (nach Sprüche 31)**

Inhalt: Eine tüchtige (keine perfekte) Frau mit Prioritäten und Zielen. Sie lebt im Heute, in jedem Abschnitt ihres Lebens.

### **18. Maria, was Liebe vermag!**

Inhalt: Richtig lieben und verschwenderisch geben, will gelernt sein. Maria hat das zu Jesu Füßen gelernt und konnte dann lieben und verschwenderisch geben.

### **19. Ich lebe gerne – auch wenn Wünsche offen bleiben**

Inhalt: Maria, Mutter Jesus

Ich lebe gerne – mit planbaren Wünschen? Wünsche korrigieren. JA sagen zu Situationen und dabei entdecken, dass das Leben gelingt und korrigierte Wünsche wahr werden.

### **20. In der Verantwortung vor Gott meinen Weg gehen**

Inhalt: 2. Mose 1,8-22 Schifra und Pua – zwei Hebammen

- Die Zeit sehen, Pharao und seine Verantwortung
- Die Frauen in der Verantwortung vor Gott – stehen und einen Weg gehen – Gott erleben!

Für Heute: Aus der Vergangenheit lernen. Heute in der Verantwortung stehen und verantwortlich Zukunft gestalten.

### **21. Glauben – Schritte wagen**

Inhalt: Rahab, eine Frau, die gut beobachtet hat, offen war und gemerkt hat, es muss im Leben mehr geben! – Etwas, das meine Sehnsucht stillt!

### **22. In Problemen wachsen?! – und beschenkt werden**

Inhalt: Naomi – Probleme aus dem Weg gehen bringt nur für kurze Zeit Erleichterung. Probleme meistern und Situationen annehmen mit Gottes Hilfe. Zeigt anderen, dass Gott lebt.

### **23. Gottes Versöhnung – sein Weg für mich!**

Inhalt: Gott will Versöhnung, nehme ich sie an? Dazu muss ich erst erkennen, wie Gott mir gegenüber steht und was Jesus Christus für meine Versöhnung getan hat.