

Hope4You

In Zeiten wie den unseren, wo Stress, Druck und die Anzahl sowie Intensität von Problemen stetig steigen und Sinnfindung zur immer größeren Herausforderung wird, machen sich viele Menschen auf die Suche nach einer Lösung. Dabei hat das 12-Schritte-Programm als christliches Konzept mit Gott im Mittelpunkt bereits vielen Menschen beim Umgang mit verschiedensten Problemstellungen geholfen und ihnen ein erfülltes Leben ermöglicht.

Beziehungen bilden den Mittelpunkt jedes Wochenendes – Beziehung zu Gott, zu mir selbst und zu anderen. Kurze 20-minütige Vorträge geben Gedankenanstöße und Informationen, die anschließend in kleinen Gesprächsgruppen reflektiert werden können. Der Schutz der Teilnehmer wird dabei durch Anonymität und besondere Gesprächsregeln gewährleistet. Dadurch erleben wir jedes Mal eine Offenheit, die viele nur von Hope4You kennen und sehr schätzen. Außerdem rundet ein längerer Vortrag am Samstagnachmittag zu einem speziellen Thema – von dem nicht nur Betroffene selbst, sondern ebenso deren Angehörige profitieren – jedes Wochenende ab.

Dankbare Rückmeldungen zeigen, dass auch von Teilnehmern eingeladenen Freunden und Bekannten so eine Auszeit sehr zu schätzen wissen. Wir laden also jede/n ein, die/der einfach mal Zeit zum Nachdenken braucht, den Austausch mit anderen zur gemeinsamen Weiterentwicklung des Charakters sucht, sich ihren/seinen – wie auch immer gearteten – Problemen stellen will oder sich einfach etwas Gutes gönnen möchte, dies in entspannter Atmosphäre bei uns zu tun.

Hope4You ist für Menschen, ...

- ... die eine **Auszeit** brauchen.
- ... die sich in **Selbstreflexion** üben wollen.
- ... die ihre **Beziehung zu Gott** neu überdenken oder vertiefen möchten und daheim im Trubel keine Zeit dafür finden.
- ... die im Kopf wissen, dass **Gott sie annimmt, wie sie sind** – das jedoch auch einmal am eigenen Leib erfahren müssen, um es im Herzen zu fühlen.
- ... die einen Ort suchen, an dem sie **über ihre Probleme sprechen** können, ohne verurteilt zu werden.
- ... die sich in einer Phase der **Umorientierung** oder Orientierungslosigkeit befinden.
- ... die mit **Leid** in ihrem Leben konfrontiert sind und sich Unterstützung sowie Verständnis wünschen.
- ... die mit einer Sache kämpfen und **nicht davon los kommen**.
- ... die von der **Sehnsucht nach einem anderen Menschen** verzehrt werden.
- ... die jeden Tag in **tiefer Traurigkeit** erleben.
- ... die eine **geliebte Person verloren** haben und Begleitung im Trauerprozess brauchen.
- ... die Erleichterung erfahren wollen, weil sie einfach mal **sie selbst sein dürfen**.
- ... die erschöpft sind und einfach nur **Kraft tanken** wollen.
- ... die schon mit vielen Menschen über ihre Probleme gesprochen haben, ohne **Hilfe zu erfahren**.
- ... die schon **genug davon haben**, scheinbar die einzigen zu sein, deren Leben nicht so rund läuft.
- ... die sich nach einem **Austausch mit Menschen** sehnen, die im gleichen Boot sitzen.
- ... die Menschen begegnen möchten, die **keine Masken** tragen, sondern offen und ehrlich über ihre Probleme sprechen.

Hope4you
Hoffnung für Dich

WO

Jugendgästehaus Mondsee

Krankenhausstraße 9
5310 Mondsee

KOSTEN

DZ (Fr. – So.) 110,- (Do. – So.) 150,-
EZ (Fr. – So.) 130,- (Do. – So.) 175,-

EINZAHLUNG

Kirche der STA
IBAN AT42 1100 0007 4122 4000
Kennwort: h4y

ANMELDESCHLUSS

14 Tage vor Seminarbeginn

INFO

info@hope4you.help
www.hope4you.help

REFERENTEN

Die Vortragenden verfügen nicht nur über entsprechende fachliche Kompetenzen sondern auch über Betroffenenkompetenz.

2019

**PROBLEME MEISTERN
MIT DEM CHRISTLICHEN
12-SCHRITTE-PROGRAMM**

Hope4You-1 22. – 24. Februar 2019

Anmeldung: <http://termine.adventisten.at/19-h4y-1>

Meine Beziehung zu Gott

Du kämpfst mit einem oder mehreren Problemen und musst feststellen, dass du alleine damit nicht fertig wirst? An diesem Wochenende wollen wir miteinander entdecken, dass es jemanden gibt, der den Weg für uns kennt und uns heil machen möchte.

SPEZIALTHEMA SAMSTAGNACHMITTAG:

Einsamkeit ist kein Schicksal

„Es ist nicht gut, dass der Mensch alleine sei“, spricht Gott (1. Mo 2,18). Und doch sind wir das oft oder fühlen uns – selbst in Gesellschaft – zu tiefst EINSAM. Doch Einsamkeit ist keine Charaktereigenschaft, kein Makel – sie ist ein Gefühl und damit nicht unüberwindbar. Wir wollen den Ursachen auf den Grund gehen, gangbare Auswege suchen und gemeinsam einige Schritte gehen – heraus aus dem Gefängnis der Einsamkeit. Anhand persönlicher Erfahrungen der Referentin bekommen wir praktische Anregungen, die dabei helfen, dieses Gefühl aufzulösen bzw. inneren Frieden damit zu finden.

Brigitte Reinisch

Hope4You-2 30. Mai – 2. Juni 2019

Anmeldung: <http://termine.adventisten.at/19-h4y-2>

Meine Beziehung zu mir selbst

Du entdeckst Fehler und Versagen in deinem Leben und weißt nicht, wie du damit fertig werden sollst? An diesem Wochenende wollen wir nicht nur erleben, wie wir richtig damit umgehen können, sondern auch, wie befreiend und heilend es ist, sich Gott und sich selbst gegenüber zu öffnen.

SPEZIALTHEMA SAMSTAGNACHMITTAG:

Auswege aus der Depression

Phasen der Niedergeschlagenheit, Verzagtheit, Freudlosigkeit oder inneren Erschöpfung hat jeder von uns schon erlebt. Doch was, wenn das Tief nicht mehr aufhört? „Ich bin ein totaler Versager!“ „Das wird nie mehr besser“ „Es ist alles sinnlos“ „Ich bin eine Zumutung für andere“ „Mein Leben ist nichts mehr wert“ Gehören solche und ähnliche Gedanken zu deinem Leben? Depression muss nicht als lebenslanges Schicksal akzeptiert werden. In diesem Vortrag werden wir mögliche Ursachen für Depressionen identifizieren und mögliche Wege zur Heilung sowie zu körperlichem und seelischem Wohlbefinden erarbeiten.

Benjamin Rohde

Hope4You-3 11. – 13. Oktober 2019

Anmeldung: <http://termine.adventisten.at/19-h4y-3>

Meine Beziehung zum Nächsten

Du erkennst, dass du an anderen schuldig geworden bist, und fragst dich, wie du damit umgehen kannst? An diesem Wochenende wollen wir erfahren, wie gut es tut, wenn Dinge in Ordnung kommen.

SPEZIALTHEMA SAMSTAGNACHMITTAG:

Die Macht der Gedanken

„Du bist einfach zu gar nichts zu gebrauchen!“ Solche oder ähnliche Sätze bekommen viele von uns immer wieder zu hören und leider erreichen sie nur allzu oft unsere Herzen und richten großen Schaden an. Scheinbar sehen wir uns solchen Botschaften gegenüber hilflos ausgeliefert, es mag sich anfühlen wie ein gedankliches Gefängnis, eine Sackgasse. Aber muss das so sein? Gibt es hilfreiche Wege aus diesem Dilemma? Gibt es die Möglichkeit, Gedanken positiv und aufbauend zu verändern? Dieser Vortrag möchte auf solche brennenden Fragen Antworten geben – es gibt Hoffnung für DICH!

Klaus Reichart

Hope4You-4 29. November – 1. Dezember 2019

Anmeldung: <http://termine.adventisten.at/19-h4y-4>

Meine Beziehung zu Gott ausleben

Du suchst nach einem lebendigen Glauben, der dich trägt und dir deinen Weg zeigt? An diesem Wochenende wollen wir erkennen, was eine dauerhafte Beziehung zu Gott ausmacht und wie sie nicht nur für uns zur Stütze und Kraft sondern auch für die Menschen um uns herum zur Hilfe wird.

SPEZIALTHEMA SAMSTAGNACHMITTAG:

Vom Selbstzweifel zum Selbstwert

Hast du Angst vor Zurückweisung? Nimmst du Dinge, die andere sagen, schnell persönlich? Wirft dich eine einzige Bemerkung von jemand anderem total aus der Bahn? Dies alles aber auch Gefühle des Misstrauens und Neides sowie das Feststecken in der Opferrolle und die Manipulation anderer sind einige der Auswirkungen eines mangelnden Selbstwertes. Deshalb ist das eigene Selbstwertgefühl nicht nur für uns und unser Wohlbefinden sondern auch für den Umgang mit anderen Menschen entscheidend. Um Vorurteile und Ängste, die v.a. in christlichen Kreisen bei dem Thema bestehen, zu beseitigen, werden wir uns mit den Unterschieden zwischen Egoismus und gutem bzw. gesundem Selbstwert beschäftigen. Außerdem werden wir lernen, wie unser Selbstwert entsteht, wie wir darauf Einfluss nehmen können und wie wir zu einem konstant gesunden und tragenden Selbstwert kommen.

Karin Bernegger