

Wer liebt, kann Worte der Ermutigung sagen

Papst Franziskus

JA!



LIEBE FAMILIE,

ich kann mich noch gut erinnern, wie meine Schwester schwimmen gelernt hat. Mein Vater zeigte ihr immer wieder, wie sie Arme und Beine bewegen muss, um über Wasser zu bleiben, immer und immer wieder. Und doch schaffte sie es nicht. Ängstlich blieb sie am Beckenrand. „Schau mal auf die Uhr dort drüben“, sagte mein Vater irgendwann. „Wenn es 15:00 Uhr ist, kannst du schwimmen!“ Ungläubig schaute meine Schwester erst die Uhr, dann meinen Vater an. Sie übten weiter. Nach und nach traute sie sich mehr zu: Einen Schwimmzug mehr. Dann drei, dann vier Züge. Und schon war sie durch das halbe Becken geschwommen. „Ja, ich kann's!“, jubelte sie. Glücklich und auch etwas überrascht schaute sie auf die Uhr: 14:58 Uhr!

Euer Andreas

JA!

ICH KANN'S



MEINE MUSIKTIPPS FÜR EUCH:

- LichterKinder, Du schaffst das!: www.ogy.de/song_lichterkinder
- Berge, Trau Dich: www.ogy.de/song_berge





UND JETZT SEID IHR DRAN

Vielleicht durftet ihr auch schon mal erleben, dass ihr etwas für euch Unvorstellbares geschafft habt, weil jemand an euch geglaubt hat. Oft schauen wir mehr auf das, was wir nicht können, als auf das, was wir können. Wir laden euch zu einem Blickwechsel ein. Überlegt mal:

Worin bin ich gut? Was sind meine Stärken?

Schön ist es, auch von anderen zu hören, was man gut kann. Wie wäre es mit einer „Ermutigungsdusche“ für alle? Dazu setzt sich ein Familienmitglied auf einen Stuhl in die Mitte. Der Rest der Familie sagt ihm oder ihr: „Das kannst du gut ...“, „Das schätze ich an dir ...“, „Das macht dich wertvoll ...“.

MEHR ZUR ERMUTIGUNGSDUSCHE
FINDET IHR HIER:

www.ogy.de/ermutigung



Zweifel
an mir

Kann ich das?

DU GLAUBST AN MICH!

GESCHAFFT!

elternbriefe du + wir

Eine Initiative der katholischen Kirche

www.elternbriefe.de/7wochen



Hier findet ihr ein paar Ideen, wie ihr die Aktion in eurem Familienalltag gestalten könnt und für jede Woche einen „Bettkantenimpuls“ (und einen kleinen spirituellen Impuls) passend zum aktuellen Thema.

Wie gefällt euch die 7-Wochen-Aktion?

Über Anregungen und Kritik freuen wir uns sehr:

info@akf-bonn.de | Herausgeberin: AKF e.V. | ©2025