

Themen für Oasentage im Team 2021 - 2022

Einzelstage von 9:00-16:00 Uhr
mehrtägig nach Vereinbarung



EOM/HA Kita/Pädagogik der Frühen Kindheit
Spirituelle Begleitung des pädagogischen Personals

Ein **OASENTAG** ist geprägt von Ruhe und Entspannung, Zeit für sich und im Team, gemeinsamem Spaziergang und anhand von Impulsen das Leben zu bedenken und uns daran zu erinnern, dass Gott es mit uns lebt. Wir kommen in Ihre Einrichtung, in ein Bildungshaus, in ein Kloster oder an einen anderen geeigneten Ort. Für Räumlichkeiten und Verpflegung sorgen Sie bitte selbst. Die inhaltliche Vorbereitung gestalten wir in Absprache mit Ihnen.

Zur Ruhe kommen – durchatmen – loslassen

Bei aller Hektik und Betriebsamkeit tut es gut, von Zeit zu Zeit seine Aufmerksamkeit auf sich selbst zu richten. Wir suchen an diesem Tag Möglichkeiten, Ruhe und Entspannung zu finden. Im Lauf der Zeit kann sich für das Team und jede*n Einzelne*n immer mehr Gelassenheit und Zeit zum Luftholen entwickeln. Auch die Jüngerinnen und Jünger Jesu gehen mit ihm „an einen einsamen Ort und ruhen ein wenig aus.“

Was uns stark macht

Immer wieder fordert uns das Leben heraus mit neuen und unerwarteten Situationen umzugehen. Da tut es gut innezuhalten und uns auf unsere inneren Ressourcen und Stärken zu besinnen. Wir versuchen an diesem Tag zur Ruhe und Entspannung zu finden und nach Haltungen zu suchen, die uns stärken – als Einzelne und als Team. In stürmischen Zeiten haben die Jünger*innen von Jesus immer wieder Vertrauen gelernt.

Von Wurzeln und Sternen

Manchmal geht uns verloren, was uns selbst wichtig ist, wo unsere Wurzeln sind. Deswegen ist es wichtig, dass wir uns immer wieder Zeit für uns selbst nehmen, auf unsere Sehnsucht schauen, „nach den Sternen greifen“. Dieser Tag will Zeit geben ein Gespür für sich selbst zu entwickeln und mit Freude den eigenen Weg zu gestalten. Abraham hat uns das mit seinem Leben vorgemacht. Er macht Mut, immer wieder aufzubrechen und den je eigenen Weg im Vertrauen zu gehen.



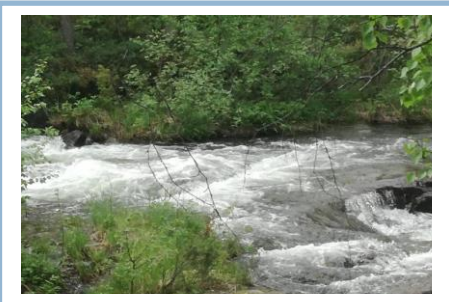
Wir sind dann mal ... unterwegs

Für viele Menschen kommt in der Bewegung und im Gehen die Seele zur Ruhe. Unsere Pilgerwege führen am Ufer des Chiemsees oder des Starnberger Sees entlang. Sie können auch einen Weg rund um Maria Thalhalm, auf der Fraueninsel oder zur Wallfahrtskirche Maria Eck begehen. Wir begleiten Sie im Team mit Impulsen und gottesdienstlichen Feiern auch auf Wegen, die Sie sich selbst wählen.



Die Seele baumeln lassen

Wie oft beobachten wir Kinder, die selbstvergessen auf der Schaukel ihren Gedanken nachlauschen? Sie strahlen dabei eine große Ruhe und Zufriedenheit aus. Bei diesem Oasentag nehmen wir uns bewusst Zeit für die langsamen Prozesse des Lebens, damit die Seele zu ihrem Recht kommen kann. Es gibt Zeit für Stille, aber auch für Gespräch und Austausch im Team. Eine Entspannungsübung und eine Bildbetrachtung helfen, zur Ruhe zu kommen und unser Leben „ins Gebet zu nehmen“.



Kraftquellen entdecken-Resilienz im Kita-Alltag

Vom ersten Augenblick unseres Lebens lernen wir mit Herausforderungen umzugehen und speichern dazu oft hilfreiche Gedanken und Bilder ab. Sie helfen uns, immer wieder aufzustehen und uns in gesunder Balance zu halten. An diesem Tag wollen wir den inneren Bildern und Gedanken auf die Spur kommen, damit sie uns auf unserem Lebensweg bewusster zur Verfügung stehen. Ähnlich kostbare Erfahrungen gab es schon in biblischer Zeit. Sie sind eingeladen, einige dieser „Perlen“ für sich zu entdecken.



Einfach.Advent

Oft ist die Zeit des Advents die aktivste im ganzen Kita-Jahr. Umso mehr gibt es eine Sehnsucht nach der „staaden Zeit“, in der die Symbole und Feiertage in ihrer Tiefe wirken können. Was wollen uns das Kerzenlicht, der Kranz, der Tannenzweig, die Kugeln sagen? Wofür will sich das Team bewusst Zeit nehmen um sich auf den Weg „nach Weihnachten“ zu machen? Genießen Sie einen Tag ohne Hektik, um nach dem Sinn und der Botschaft dieser Zeit zu fragen.



Komm herein und nimm Dir Zeit für Dich

Einen Tag lang Zeit haben... um über Gott und die Welt, über sich selbst und das Team nachzudenken, sich auszutauschen und das Geschenk des eigenen Lebens „ins Gebet“ zu nehmen. Wie gehe ich um mit meiner Zeit? Wann sage ich: Das war erfüllte Zeit? Womit füllen wir die gemeinsame Zeit im Team? Was sagt die Bibel zum Thema Zeit? Genießen Sie die geschenkte Zeit dieses Oasentages und schöpfen Sie Kraft für viele weitere Tage in der Kita und im Privaten.



Trau' dich ... lebe!

Wir wollen an diesem Tag zur Ruhe kommen und die Seele baumeln lassen. Es soll Zeit sein zum Staunen, wie unser Leben gewachsen ist und wir für unsere Aufgaben Schritt für Schritt gereift sind. Manchmal sind wir rückblickend fasziniert wie sowohl in leichten als auch in schweren Zeiten Wachstum stattfindet. Auch der Weg Mose war voller Herausforderungen und Hindernissen und doch ist er von Gott mit einer befreienden Aufgabe betraut worden.



Der Himmel ist in dir!

Es gibt Stimmungen und Situationen in unserem Leben, die uns vertraut sind und die wir gerne mögen wie den Sonnenschein. Andere „Wetterlagen“ treiben uns eher in die Flucht, wie ein Gewitter aus heiterem Himmel. Dabei sind es oft nicht die Dinge selbst, die schwierig sind, sondern wie wir darüber denken. Dieser Tag kann zu einem Ort werden, von dem aus wir alles in Ruhe betrachten und positiv über uns selbst denken. Jona macht es im Bauch des Walfisches vor: Zeit für sich haben, durchatmen, Kraft schöpfen, spüren, dass Gott mich genauso wie ich bin, wunderbar erdacht hat.



Mit Gottes Schöpfung Leben lernen

Die Natur ist eine besondere Kraftquelle für uns. Sie ist eine große Meisterin und hält viele Bilder für uns bereit, in denen wir unser Leben betrachten können. Wir wollen uns dabei auch von Jesus leiten lassen und die Schöpfung mit seinen Augen sehen. Ihm ist die Schönheit der Blumen und der Tiefgang und der Trost des Samenkorns nicht entgangen. An diesem Tag können wir in die Natur gehen und wertvolle Impulse daraus bekommen.



Zusammenwachsen – zusammen wachsen

Wir Menschen leben in vielen Beziehungen – beruflich und privat. Es gilt, daran zu arbeiten wie an einem Netz, das geknüpft, gepflegt und manchmal auch repariert werden muss. Wie gelingt es als Team immer mehr verbunden zu werden, zusammenzuwachsen? Was kann getan werden, dass alle zusammen dabei wachsen und sich entwickeln können. Jesus ist ein begnadeter „Netzwerker“, der Menschen beruft, damit sie zusammen das Reich Gottes wachsen lassen.



Gesund leben

Gönnen Sie sich einen Tag, der Körper, Seele und Geist guttut. Gemeinsam lassen Sie sich in einem Gesundheitshaus verwöhnen mit medizinischen Anwendungen, Swimmingpool und schönem Garten. In meditativen Übungen und spirituellen Impulsen kommen Sie zur Ruhe und zur Besinnung. Im Austausch und in einer Wort-Gottes-Feier erleben Sie Ihr Team auf eine ganz neue Weise auch in gläubiger Gemeinschaft.



Ziemlich beste Freund*innen

Es gehört zur Kunst des Lebens, mit sich selbst und anderen befreundet zu sein. Dabei meint Freundschaft ein wohlwollendes Unterwegssein miteinander. Das kann bedeuten, dass ich mein Leben und das der anderen als geschenkt und wertvoll ansehe, es achte und würdige. Eine gute Voraussetzung für ein Team. Jesus fasst es in einem Grund-Satz seines Denkens zusammen: Liebe deine Nächsten wie dich selbst! Dann kann unser Leben im Großen und im Kleinen gut gelingen.



Impulse aus dem Leben des Hl. Franziskus

Es ist verblüffend wie aktuell Ideen und Lebensweise des Heiligen Franz von Assisi sind. Er war ein Künstler, im Augenblick zu leben. Sein Vorbild animiert dazu, mehr im Sein als im Haben zu leben und Menschen nicht nur nach Leistungskriterien zu beurteilen. An diesem Tag betrachten wir auch Impulse aus der Achtsamkeit und entdecken, dass Franziskus schon vor 800 Jahren aus dem Geist Jesu heraus eine radikal achtsame Lebensweise gefunden hat.



Kinder begleiten – für mich selbst gut sorgen

Auf verschiedenste Weisen sind wir mit Tod und Trauer konfrontiert. Da sind die neugierigen Kinderfragen, die verblüffen, manchmal sprachlos machen und oft mit atemberaubender Leichtigkeit auf uns zukommen. Da ist das konkrete Erleben eines toten Vogels im Garten oder eines Haustiers. Da ist der Tod eines Menschen, von dem Kinder betroffen sind. Wir machen uns gemeinsam auf die Suche nach Haltungen, die Ihnen persönlich helfen, diesen Erfahrungen zu begegnen.



Die Luft ist raus!

Manchmal kommt es knüppeldick. Situationen und Lebensumstände kosten unendlich viel Power – im je persönlichen Leben und auch im Team. Da stellen sich Fragen: Wie können wir Kraft schöpfen in belastender Zeit? Wer oder was schenkt uns Lebensenergie, Begeisterung? Gemeinsam gehen wir diesen Fragen nach, versuchen Spannung rauszunehmen. Wir hören von Menschen, denen der Esprit des Lebens abhandengekommen ist und wie sie wieder auftanken.



Zum Glück – gibt's mich und dich!

Unser Leben lang sind wir Menschen auf der Suche nach Glück. Die Märchen sind voll von Glücksucher*innen und -finder*innen. Wie wunderbar ist es, wenn wir auch in unserer Arbeit glückende Momente entdecken. Gemeinsam haben wir einen Tag lang Zeit, dem Glück auf die Spur zu kommen, die eigenen Erfahrungen zu bedenken und miteinander zu teilen. So kann Dankbarkeit wachsen und Freude am Leben.



Meinen Träumen auf der Spur

Im Alltagsvielerlei innehalten, zu mir selbst kommen und spüren, was mich ausmacht, ist wichtig, um mir selbst treu zu bleiben. Dafür nehmen wir uns miteinander Zeit und üben es bewusst ein. Mit Impulsen aus der Natur und der HI. Schrift versuchen wir tiefer zu wurzeln und unsere Sehnsucht zu spüren, denn die Sehnsucht ist unser Kompass. Mit ihr finden wir geglättete kleine Schritte der Veränderung. Achtsamkeitsübungen, Meditationen und Zeit zum Austausch helfen dabei.



Ein Tag ganz für mich – Exerzientag

Zu mir selbst zu finden und zu Gott zu finden liegen nah beieinander. „Gott ist nicht weiter weg als vor der Tür des Herzens“, sagt Meister Eckhart. Dieser Tag bietet Gelegenheit, mit Meditation, Achtsamkeitsübungen, Schweigen und Gebet, Spaziergängen, Tagebuch schreiben oder malen Zeit für sich zu haben. Vielleicht gelingt es bei sich selbst anzukommen, „die Tür des Herzens“ einen Spalt zu öffnen und Neues zu entdecken. Dieser Tag kann auch ONLINE gebucht werden.



Oasenzzeit für Leitungen

Als Leiterinnen und Leiter stehen Sie vor besonderen Anforderungen, die Kraft kosten und anstrengend sind. Spirituelle Impulse, meditative Stille, der Austausch mit „Gleichgesinnten“ und die gemeinsame Bitte um Segen für all Ihr Tun können dabei unterstützen und stärken. Deshalb kommen wir gerne in Leitungskonferenzen, in die Kita-Verbünde oder an von Ihnen gewählte Orte, um Oasenzeiten mit Ihnen und Ihren Kolleg*innen zu gestalten.



Impulstag für Leitungen

Wenn es mir gut geht, geht mir die Arbeit leichter von der Hand. Ich gehe positiv in Gespräche und auch in Konflikte. Dies gilt als Einzelne*r und im Team. An diesem „Ruhetag“ tun wir uns Gutes: Achtsamkeitsübungen und biblische Meditation, Impulse zum Thema „Selbstwert“ nach Virginia Satir, Körperwahrnehmung und Fantasiereise, Austausch und Möglichkeit zum Begleitgespräch mit der Leiterin. Eine Auszeit zum Auftanken und bei sich selbst Ankommen.



Impulse zum guten Selbstmanagement

Dieses ONLINE-Seminar dient der Stärkung der persönlichen Kompetenzen in herausfordernden Situationen. Sie lernen Ansätze aus dem bewährten Programm zur Stressbewältigung von Gert Kaluza kennen. Es wird ergänzt durch spirituelle Impulse, Body-Scan und Austausch mit den Teilnehmenden. Der Zeitbedarf für das Videomeeting beträgt vier Stunden - davon eine Stunde im Eigenstudium.

© der Fotos
auf diesen Seiten

EOM/HA Kita/Pädagogik der Frühen Kindheit
Spirituelle Begleitung des pädagogischen Personals

| | |
|-----------------------------------|--------------------------|
| Zur Ruhe kommen | Margot Eder/EOM |
| Was uns stark macht | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Von Wurzeln und Sternen | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Wir sind dann mal unterwegs | Margot Eder/EOM |
| Die Seele baumeln lassen | Margot Eder/EOM |
| Kraftquellen entdecken | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Einfach. Advent | Margot Eder/EOM |
| Komm herein und nimm dir Zeit | Margot Eder/EOM |
| Trau' dich... lebe! | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Der Himmel ist in dir | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Mit Gottes Schöpfung Leben lernen | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Zusammenwachsen | Kristin Mang/EOM |
| Mit Leib und Seele leben | Margot Eder/EOM |
| Ziemlich beste Freund*innen | Margot Eder/EOM |
| Impulse des Hl. Franziskus | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Kinder begleiten-für mich sorgen | Wolfgang Gasser |
| Die Luft ist raus! | Margot Eder/EOM |
| Zum Glück – gibt's mich und dich! | Margot Eder/EOM |
| Meinen Träumen auf der Spur | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Ein Tag ganz für mich | Luitgard Mittermaier/EOM |
| Oasenzeit für Leitungen | Margot Eder/EOM |
| Impulstag für Leitungen | Margot Eder/EOM |
| Selbstmanagement | Luitgard Mittermaier |