

## Frauenseminar im Diakonissen-Mutterhaus Lemförde vom 16.08. – 18.08.2019

### Thema: Was ist Glück für mich

### Leitung: Gleichstellungsbeauftragte Veronika Nentwig und Cerstin Kottwitz

Wie in jedem Jahr war die Aufnahme im Diakonissen-Mutterhaus sehr herzlich. Man(Frau)spürte förmlich die Ruhe, Stille und gute Atmosphäre in diesem Hause. Von Veronika und Cerstin wurden wir bei unserem Ankommen liebevoll begrüßt.

- **Ankunft: Freitag 16.08.2019 um 15:30 Uhr**  
Nachdem wir uns mit Kaffee, Tee und Plätzchen gestärkt haben, wurden uns die Zimmer zugewiesen.  
Um 18:00 Uhr trafen wir uns zum gemeinsamen Abendessen im Speisesaal. Herzlich wurden die Seminar-Teilnehmerinnen und die Hausgäste von Schwester Dorlis begrüßt. Nach einem kurzen Gebet durften wir uns an dem reichlich gedeckten Büffet bedienen und die köstlich zubereiteten Speisen genießen.  
Um 19:00 Uhr begann im Seminarraum unsere Vorstellungsrunde. Um sich die Namen der Seminarteilnehmerinnen zu merken, stellte sich jede Frau mit Namen und mit einer Pflanze, die jeweils mit dem Anfangsbuchstaben des Vornamen beginnen sollte, vor. Z.B. Veronika mag gerne Veilchen, in Annelieses Garten blühen Anemonen.usw. Es war ein super Gehirnjogging und wir haben uns die Vornamen aller Frauen schnell eingeprägt.  
Für den Abend gab es noch eine Aufgabe und zwar sollten wir auf einem grünen Zettel positive Dinge, die wir an diesem Tag erlebt haben und auf einem gelben Zettel die Dinge, die uns Angst machen, aufschreiben.  
Diese Zettel wurden am nächsten Tag an den Lebensbaum gehängt.
  
- **Samstag 17.08.2019 - 8:30 Uhr Frühstück**  
Um 9:30 Uhr Beginn der 1. Arbeitseinheit im Seminarraum.  
Zum Einstimmen hat uns Veronika eine Geschichte aus dem Buch **„Die Welt ist nicht immer Freitag“** vorgelesen.  
Dann ging es für eine halbe Stunde in die Natur. In einem Topf lagen Zettel mit den Namen der Teilnehmerinnen. Aus diesem durfte jede Frau einen Zettel ziehen. Die Aufgabe bestand darin, für diese Frau einen Gegenstand von dem Sparziergang auf dem Gelände des Diakonissenhauses mitzubringen. Wenn wir von der Frau etwas mehr erfahren wollten, gab es auch die Möglichkeit, die betreffende Frau persönlich anzusprechen.

Zwischenzeitlich gab es eine Kaffeepause.

Im Anschluss wurde dann besprochen, warum ich einen Stein, eine Blume usw. für die Frau mitgebracht habe und wie viel Glück und Fröhlichkeit dieses Teil ausstrahlt. Dabei hatte jede Frau einen kleinen Spruch parat. Es war teils sehr bewegt.

Um 12:00 Uhr Mittagessen und Ruhezeit bis 15:00 Uhr  
Die nächste Runde begann mit Kaffee und leckerem Kuchen.  
Gestärkt ging es an die Auswertung (Glücksgefühle) der „Positiv“ bzw. „Negativ“ Kärtchen, die wir in dem Lebensbaum gehängt hatten.

Anschließend überlegten die Frauen gemeinschaftlich, was unternehmen wir am Abend? Eis essen??? Da am Dämmer ein Flohmarkt war, kamen einige der Frauen auf die glorreiche Idee eine Challenge durchzuführen. Jede Frau durfte einen Gegenstand auf einen Zettel schreiben, der dann auf dem Flohmarkt für den Preis von maximal bis 2,00 €, erworben werden musste. Was gab es auf dem Flohmarkt ein Fragen und Laufen, von einem Stand zum Anderen. Es war total schwierig, Topflappen oder auch weiße Kreise zu ergattern. Da teilweise einige Dinge nicht zu bekommen waren, konnten wir auch etwas Artverwandtes käuflich erwerben. Zurück im Mutterhaus wurden die Schätze in Zeitungspapier verpackt und dann ging es darum die Flohmarktkäufe reihum beim Würfeln zu ersteigern. Dann wurde ausgepackt, anschließend links und rechts getauscht, bis dann letztendlich jede Frau ihren Gewinn behalten durfte. Es wurde viel gelacht und wir hatten Spaß ohne Ende.

- Sonntag 18.08.2019 - Frühstück um 8:30 Uhr  
Um 10:00 Uhr ging es in die letzte Arbeitseinheit.  
Einige der Frauen nahmen am Gottesdienst in der Kapelle des Diakonissen-Mutterhauses teil.  
Die anderen Frauen ließen das vergangene Wochenende Revue passieren, es wurde über das Seminar gesprochen, was sie erlebt, gefühlt haben und welche Themen für das nächste Seminar gewünscht werden.  
Nach dem Mittagessen um 12:00 Uhr wurde die Heimreise angetreten.

Wir wünschen allen Frauen viel Glück und Gesundheit!

Leni Koelmann und Gerlinde Jentsch  
Freundeskreis Siloah I – Nordhorn



Foto: Veronika Nentwig