4 RADIO / TV Journal

April 2021

ERF Medien

Poste Italiane SpA – Spedizione in Abbonamento Postale – DL 353/2003 (conv. in L. 27/02/04 n.46) art. 1 comma 2 NE/BZ – Tassa Pagata – Taxe Percue

31. Jahrg., erscheint monatlich

Miteinander reden in Ehe und Familie

UKW Frequenzen

Meran	105,6 MHz
Bozen	105,3 MHz
Unt. Vinschgau	96,2 MHz
Ob. Vinschgau	101,7 MHz
Unterland	105,5 MHz
Brixen/ Bruneck	105,2 MHz
Sterzing	107,6 MHz
Innsbruck	102,2 MHz
Mendrisiotto	89,4 MHz
Sotto Céneri	96,7 MHz
Sopra Céneri	102,9 MHz
Cannóbio	106,6 MHz

DigitalRadio DAB+ in Südtirol
Livestream im Internet

Ute Horn, Daniel Horn & Sarah Heuser

Das Beste kommt noch

Brosch., 176 Seiten
ISBN 9783775158466
Verlag SCM Hänssler
EUR 13,10

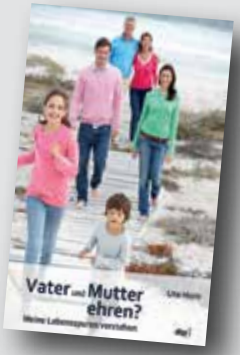
In einer Welt von YouPorn und Sexting ist es kein Problem, sich über Sex zu informieren – überall ist davon die Rede. Die überarbeitete Neuauflage des Longsellers »Baustelle Erste Liebe für Teens« zeigt, dass zu einer Beziehung viel mehr gehört. Das Buch hilft, einen verantwortungsvollen Umgang mit der Sexualität zu lernen.

Ute Horn

Mutig mit den Kindern wachsen

Tb., 212 Seiten
ISBN 9783902686701
Verlag dip3
EUR 14,63

Kinder sind Perlen in meiner Hand! Aber auch kleine Divas und Tyrannen im Kinderzimmer. Wie Kindererziehung in Liebe und mit Konsequenz gelingen kann, vermittelt die erfahrene Mutter Dr. Ute Horn. Beziehung und Erziehung müssen Hand in Hand gehen. Doch Prägungen aus der eigenen Kindheit blockieren manchmal den Prozess.



Ute Horn

Vater und Mutter ehren? Meine Lebensspuren verstehen

Tb., 174 Seiten
ISBN 9783903028333
Verlag dip3
EUR 11,33

Dankbarkeit, ehrliches Interesse und Vergebungsbereitschaft sind der Schlüssel, um Eltern zu ehren. Können Eltern es lernen, selbst so zu leben, dass es ihren Kindern leichtfällt, sie zu ehren? Wer sich mit den Stärken und Schwächen der eigenen Eltern auseinandersetzt, lernt sich und das eigene Handeln besser zu verstehen.

John Ortberg

Ich mag dich fast so, wie du bist

Geb., 352 Seiten,
ISBN 9783957345110
Verlag Gerth Medien
EUR 13,20

Ganz gleich, ob Mann oder Frau, ob Kopf- oder Gefühlsmensch: Wir wurden dafür geschaffen, Bindungen mit anderen einzugehen. Wir wurden für Beziehungen geschaffen, für Vertrautheit und Nähe. Wie gelingen authentische Beziehungen, in denen man sich gegenseitig annimmt – trotz aller Ecken?

Frauke & Tobias Teichen

Bäm!

Brosch., 256 Seiten
ISBN 9783417268577
SCM R. Brockhaus
EUR 18,70

Wir alle wünschen uns ehrliche, liebevolle und dauerhafte Verbindungen. Frauke und Tobias Teichen zeigen, dass biblische Prinzipien wie Vergebung oder liebevolle Ehrlichkeit auch heute noch das Fundament für gute Beziehungen sind. Gerade Konflikte sind oft der Motor zur Vertiefung unserer Freundschaften und Partnerschaften.

Emerson Eggerichs

Liebe & Respekt im Miteinander

Geb., 240 Seiten
ISBN 9783957345301
Verlag Gerth Medien
EUR 17,60

Ist es wahr? Ist es freundlich? Ist es notwendig? Ist es einladend? Emerson Eggerichs wirft vier Fragen auf, die man sich stellen sollte, bevor man etwas sagt oder schreibt. Denn nur allzu oft – ob im persönlichen Miteinander, übers Telefon oder in sozialen Netzwerken – geben wir Worte von uns, die wir eigentlich gar nicht äußern wollten.

Paul David Tripp & Timothy S. Lane

Alles anders – aber wie?

Pb., 352 Seiten
ISBN 9783935188715
Verlag 3L
EUR 14,90

Ein Buch für Menschen, die sich nach tief greifender Veränderung in ihrem Leben sehnen. Die Autoren zeigen auf praktische Weise, wie biblische Veränderung geschieht. Es enthält Trost, Ermutigung und manch überraschende Erkenntnis. Aber *warum* sollte man sich überhaupt verändern und vor allem: was sollte man im eigenen Leben ändern?

Timothy S. Lane

Beziehungen

Pb., 256 Seiten
ISBN 9783935188807
Verlag 3L
EUR 14,90

Die Autoren Lane und Tripp wollen die einmalige Sicht aufzeigen, die Gott seinen Kindern für die Betrachtung ihres Lebens anbietet. Diese Sicht wird Ihnen helfen, auf der Kreuzung von Sünde und Gnade in Beziehungen Ihren Weg zu finden. Der schwerwiegende Fehler, der in der menschlichen Weisheit steckt, ist das Versprechen, Sie könnten Ihre Beziehungen verändern, ohne sich selbst verändern zu müssen.

Was Gott zusammenfügt

DVD, 114 min.
Art-Nr. 925013000
Verlag Best Entertainment
EUR 16,50

Darren ist Armee-Kaplan, er und seine Frau Heather führen eine vorbildliche Ehe, die auf ihrem gemeinsamen, tiefen Glauben basiert. Doch Darren stellt schnell fest, dass viele Ehen seiner Kameraden bereits in die Brüche gegangen sind. Der Krieg setzt den Soldaten schwer zu, und die Beziehungen leiden darunter. Als Darren bei seinen Einsätzen im Irak Dinge erlebt, die er nur schwer verkraften kann, steht plötzlich auch seine eigene Ehe auf dem Spiel.

25 Jahre

BUCHGALERIE

Lauben 315 · I-39012 Meran
Tel. (+39) 0473 237 997 www.buchgalerie.it

Bei uns finden Sie:

- **Bücher**
- **Kinderbücher**
- **Ratgeber**
- **Spiele**
- **Poster**
- **Karten**
- **CDs**
- **DVDs**

IMPRESSUM

Herausgeber/Redaktion
Stiftung ERF Medien
Postgranzstraße 8/c
I-39012 Meran
Tel (+39) 0473 222 488
Fax (+39) 0473 222 490
stiftung@erf-medien.it
Verantw. Red.: Luis Zagler
Eingetragen beim Landesgericht Bozen
Nr. 3/1996, 08.02.96 (und Änderungen)

Das Thema des Monats sowie viele weitere Sendungen und Sendereihen des ERF können Sie auf CD und MP3 erhalten.

Bestelladresse
ERF Hörerservice
Tel 0473 - 236 751
Fax 0473 - 276 252
Aus Österreich, Deutschland und der Schweiz:
Tel (+39) 0473 236 751
Fax (+39) 0473 276 252
Postfach 149/Lauben 315
I-39012 Meran
service@erf-tirol.com

Internet
www.erf-tirol.com
www.erf-melodie.com
www.erf-verlag.com
www.buchgalerie.it

Druck
Unionprint
Postgranzstraße 8/c, Meran

Erscheinungsweise: monatlich

Bildnachweis
Titel: max pixel

ERF Medien Südtirol
Die Stiftung ERF Medien will mit ihrem Medienangebot Menschen helfen, den Glauben zu entdecken und ihr Leben als Christen zu gestalten.

Die Arbeit der Stiftung ERF Medien finanziert sich durch Spenden. Wenn Sie die Stiftung unterstützen möchten, können Sie dies durch Spenden auf eines unserer Konten in Südtirol, Österreich, Deutschland oder der Schweiz tun.

Südtirol
Postkonto
IT76 L 076 0111 6000 0003 6810 372
SWIFT-BIC-Code BPPIITRRXXX

Österreich
ERF-Unterstützungsverein Innsbruck
BAWAG P.S.K.
AT76 6000 0000 9300 2383
SWIFT-BIC-Code BAWAATWW

Schweiz
PostFinance
CH26 0900 0000 6516 2763 6
SWIFT-BIC-Code POFICHBEXXX

Deutschland
Volksbank Mittelhessen eG
DE34 5139 0000 0071 2383 00
SWIFT-BIC-Code VBMHDE5FXXX

Die Kunst, miteinander zu reden und sich zu verstehen

Noch vor einigen Jahren hätte man eine Datenmenge, die heute auf eine fingernagelgroße Chipkarte passt, auf 6,4 Millionen Lochkarten in 32.000 Kartons gesammelt. Das würde eine 72-qm-Wohnung bis zur Decke ausfüllen. Inzwischen sind Datenspeicher und Rechengeschwindigkeit der Computer so leistungsfähig und preiswert geworden, dass wir schon von einer beinahe grenzenlosen Entwicklung sprechen können. Ob digitale Fotographie , Operations- oder Diagnostikgeräte, Textverarbeitung oder Rechenaufgaben; überall sind Computer im Einsatz – ganz besonders im Bereich der Kommunikation und Information. Mit Smartphone und Internet ist es über moderne Technik möglich, sich in Sekundenschnelle mit beinahe jedem Flecken der Erde zu verbinden.

Moderne Wege der Kommunikation

Menschen chatten im Internet, schreiben SMS- oder WhatsApp-Nachrichten und telefonieren gratis rund um die Welt. E-Mails sausen per Satellit, Funk und Datenleitung in Sekundenschnelle vom einen Kontinent zum anderen. Möglich macht all das die moderne Technik. Deshalb sollte man annehmen können, dass dadurch auch unsere Verständigung perfekt funktioniert. Aber das ist leider nicht der Fall. Im Gegenteil; je mehr wir die Chance erhalten, diese modernen Techniken zu nutzen, desto mehr vereinsamen Menschen. Viele leiden unter mangelnden persönlichen Kontakten, fühlen sich isoliert und oft auch betrogen.

Viele würden sich nichts sehnlicher wünschen als herzliche Gemeinschaft, eine gut funktionierende Familie oder Freundschaften. Viele sehnen sich nach einem verständnisvollen Partner, mit dem sie auch mal ein tiefergehendes Gespräch führen könnten. Doch das alles ist seltener geworden. Single-Haushalte nehmen in einem erschreckenden Ausmaß zu. Partnerschaftliche Beziehungen bleiben formell, kalt, oberflächlich und vor allem kurzlebig. Zwar wird über Facebook, Twitter oder WhatsApp konsequent korrespondiert und kommuniziert, aber meistens nur sehr oberflächlich und unverbindlich.

Wichtige Werte

Werte wie Verständnis, Treue und Vertrauen stehen zwar nach wie vor hoch im Kurs – vor allem bei jungen Menschen; doch nur wenige sind wirklich bereit, die Verbindlichkeit einzugehen, ohne die diese Werte ihre Wirkung nie richtig entfalten. So bleibt das, was unser Leben reich und glücklich macht, sehr oft auf der Strecke. Wir sind von Gott für Beziehungen geschaffen worden. Durch diese Beziehungen leben wir auf, fühlen uns angenommen und verstanden. Aber diese Beziehungen brauchen ihren Raum und ihre Werte in unserem Leben.

Wer eine gesunde Beziehung zu anderen Menschen pflegen will, tut gut daran, wenn er zu allererst die Gesetzmäßigkeiten kennenlernt, ohne die gute Beziehungen sich nicht erhalten lassen. In Gottes Wort, der Bibel, werden uns all diese Werte genannt. Darin finden wir auch die Erkenntnis, dass die Gemeinschaft unter uns Menschen viel mit unserem persönlichen Verhältnis zu Gott, unserem Schöpfer, zu tun hat. Wer Gottes Gebote kennt, respektiert und ein persönliches Verhältnis zu Gott im Gebet pflegt, dem gelingt auch in seinen Beziehungen zu anderen Menschen viel mehr.

Ich wünsche uns allen, dass wir den Weg zu einer ehrlichen Beziehung zu Gott und zu für uns wichtigen Menschen finden und erhalten können. Denn in ihnen steckt das Glück unseres Lebens. Eine gute Kommunikation ist der Schlüssel dazu. Deshalb bringen wir als ERF in unserem Thema des Monats April wieder ausgewählte Vorträge zum Thema Kommunikation. Hören Sie es sich an, es lohnt sich.
Ihr

Werner Burkhardt
ERF Hörerservice
Tel (0039) 0473 - 236751
E-Mail service@erf-tirol.com

Wo Radio hören FREUDE bringt

Miteinander reden – aber wie?

Reden wir so miteinander, dass wir unser Gegenüber verstehen? Viele Therapeuten berichten, dass mangelnde Kommunikation eines der größten Probleme in unserem zwischenmenschlichen Miteinander ist. Missverständnisse und mangelnde Bereitschaft, dem anderen wirklich zuzuhören, führen oft dazu, dass es zum Streit kommt und Beziehungen letztlich scheitern. Dabei müsste das alles nicht sein, wenn wir uns nur bewusst wären, wie viel in unserem Leben von guter Kommunikation abhängt und wie wichtig sie ist. Denn Beziehungen lassen sich durch gute Kommunikation aufrechterhalten und stärken.

Verschiedenen Studien zufolge verwendet eine Frau täglich ca. 30.000 Worte, um sich mitzuteilen, Männer allerdings nur 20.000. Allein dieser Unterschied von 10.000 Worten, die eine Frau am Tag mehr spricht, lässt darauf schließen, dass es zu Missverständnissen kommen muss. Doch die Problematik geht noch weiter. Denn so manch eine Frau hat nicht mal einen „Ansprechpartner", an den sie sich wenden kann. Ganz zu schweigen davon, dass er etwas von Kommunikation versteht und bereit wäre, sie zu praktizieren.

„Reden ist Silber, miteinander reden: Gold"

*Anke Maggauer-Kirsche (*1948), Lyrikerin, Aphoristikerin; Betagtenbetreuerin*

„Reden ist wie das Tor zum Herzen der Frau"

Frauen teilen sich gerne mit und offensichtlich tut es ihnen auch gut. Denn im Erzählen verarbeiten Frauen ihre Alltagsprobleme und Erlebnisse. Deshalb ist es auch so wichtig, dass Männer ihnen zuhören. Wenn eine Frau niemanden hat, der ihr zuhört, wird sie sich über kurz oder lang jemanden suchen, bei dem sie dieses Grundbedürfnis ausleben kann. Dass Mann und Frau miteinander reden, sollte deshalb eine Selbstverständlichkeit sein. Wo das nicht geschieht, sind nicht nur Konflikte vorprogrammiert, sondern auch eine spürbare Abkühlung der Beziehung, die im schlimmsten Fall zu einer Trennung führen kann. Das gilt vor allem für jede Ehe, aber auch in Beziehungen generell.

Zuhören will gelernt sein – einander verstehen auch

Viele Männer sind in der Partnerschaft leider keine besonders guten Zuhörer. Das ist schade. Denn oft führt gerade das dazu, dass Frauen sich andere „Zuhörer" suchen und sie dann auch finden. Das können Freundinnen sein, Therapeuten, aber auch andere Männer. Kommunikation ist nun mal wichtig und, wie wir bereits gesagt haben, *„das Tor zum Herzen der Frau"*. Es ist gut, wenn ein Mann das weiß und nicht auf die leichte Schulter nimmt. Es gibt noch einen anderen Grund, warum Frauen gerne von sich erzählen. Vielen kommt die Lösung für ein Problem, das sie beschäftigt und vielleicht sogar blockiert, während sie mit jemandem darüber reden. Dieses Phänomen ist häufig zu beobachten und muss schon alleine deshalb ernst genommen werden.

Bei Männern ist es oft so, dass sie erst dann über etwas sprechen, wenn sie bereits eine Lösung gefunden haben. Wenn dieser Unterschied allerdings dazu führt, dass es zu überhaupt keinem Gespräch kommt, sind die Folgen abzusehen. Frauen fühlen sich übergangen, Männer fühlen sich unverstanden, was zur Folge hat, dass beide sich zurückziehen, bis keiner den anderen mehr versteht, und sie beginnen, sich emotional voneinander zu entfernen. Was darauf folgt, zeigen uns die heutigen Statistiken.

ERF Melodie

ERF PROGRAMM-TIPP

Thema des Monats

In der 2. und 4. Woche des Monats täglich um

10.00 Uhr
18.00 Uhr
3.00 Uhr

In der 3. Woche täglich um
14.00 Uhr

www.erf-melodie.com

Weiterführende Literatur zum Thema des Monats und anderen Sendungen finden Sie in der Buchhandlung BUCHGALERIE

www.buchgalerie.it

Foto: pixabay

Auch reden will gelernt sein

Viele zwischenmenschliche Probleme lassen sich nicht nur voraussagen, sondern auch verhindern – vorausgesetzt man kümmert sich rechtzeitig darum und kennt die Grundregeln guter Kommunikation, die so oft nicht beachtet werden. Kommunikation bedeutet nicht nur, dass wir uns mitteilen, sondern wir müssen auch die Signale des anderen aufnehmen. Wer sich nur mitteilt, ohne den anderen wahrzunehmen, darf sich nicht wundern, wenn er nicht gehört wird. Reden will gelernt sein.

„Beten heißt still werden und still sein und warten, bis der Betende Gott hört."

Søren Kierkegaard (1813–1855), dänischer Philosoph, Autor mehrerer bahnbrechender Werke moderner Philosophie

Wer nur an der Vermittlung seiner Botschaft interessiert ist, dessen Kommunikation geht nur in eine Richtung. Wie der andere diese aufnimmt, ist aber mindestens ebenso wichtig. Leider ist die Alltagspraxis unserer Kommunikation oft so, dass einer drauflosredet, ohne dass der andere ihm wirklich zuhört. So werden Mails „überflogen", oder man benutzt, während man dem anderen zuhört, jede Gelegenheit, um wieder das zu sagen, was man sagen möchte. Wir kennen diese verschiedenen Formen falscher Kommunikation wahrscheinlich alle nur zu gut. Wie sagte der französisch-rumänische Dichter Eugène Ionesco? *„Heute will jeder jeden nur noch zu seinem Bewunderer."* Selbst in Pressekonferenzen und Interviews geben Journalisten oft mehr ihre eigenen Statements ab, als dass sie Fragen stellen.

„Miteinander reden vertreibt Gespenster."

*Walter Ludin (*1945), Schweizer Journalist, Redakteur, Aphoristiker und Buchautor*

Aber was ist gute Kommunikation? Woran erkennt man sie? Worauf muss ich achten, wenn ich die Regeln guter Kommunikation einhalten möchte? Darauf wollen wir im Folgenden eingehen.

1. Kommunikation bedeutet nicht nur, dass wir uns mitteilen, sondern dass wir gleichzeitig auch zuhören, die Reaktion des anderen wahrnehmen und in unsere Kommunikation einbauen.

2. Zuhören verlangt Geduld und Zeit, die investiert werden muss, wenn wir einander verstehen wollen. Das gilt vor allem für die Kommunikation in unseren Ehen, Partnerschaften und Familien, wo gute Kommunikation von elementarer Bedeutung ist. Wer das nicht erkennt, darf sich nicht wundern, wenn plötzlich in all diesen Bereichen Sand im Getriebe ist und Missverständnisse sich häufen.

3. Ein guter Zuhörer wiederum achtet den, der redet und gibt ihm den Raum, den es braucht, um sich wirklich „mitzuteilen". Das ist vor allem zwischen Mann und Frau von besonderer Bedeutung. Jede Frau wünscht sich, geachtet und ernst genommen zu werden.

4. Ein guter Zuhörer hält aber nicht nur seinen Mund und hört, sondern ist aktiv am Gespräch beteiligt und stellt Fragen, um den anderen zu verstehen.

„Behandle andere so, wie du von ihnen behandelt werden möchtest."

Worte Jesu aus der BIBEL, Lukas 6,31

Wie kann das, was falsch läuft, anders werden?

Haben Sie sich schon einmal darüber Gedanken gemacht, dass es Bereiche im Leben gibt, in denen Missverständnisse ausgeschlossen sein müssen, weil sie zu katastrophalen Folgen führen würden? Beispiele dafür gibt es in Arbeitsbereichen der Polizei, der Feuerwehr, am OP-Tisch oder im Luftverkehr. Warum ist hier die absolut korrekte und richtige Kommunikation so wichtig? Ganz einfach, weil der Schaden, der ohne sie entstünde, zu groß wäre. Ein Missverständnis reicht, um einen Flugzeugabsturz zu verursachen oder bei einer Operation das Leben eines Patienten zu gefährden. Deshalb ist es in diesen Bereichen absolut wichtig, ein sicheres System der Kommunikation zu kennen und auch zu praktizieren.

Wie aber ist das in unseren Ehen und Familien, bei unseren Freunden?

Aber ist uns eigentlich bewusst, dass der Schaden durch Fehler in der Kommunikation innerhalb einer Beziehung zwischen Mann und Frau genauso groß werden kann, wie bei einem der genannten Beispiele von OP, Polizei oder Flugverkehr? Wer das einmal begriffen hat, wird auch die Motivation dafür finden, das Thema Kommunikation in Ehe, Familie und Partnerschaft anzugehen und zu lernen, wie ein gesunder Austausch zustande kommen kann.

Tatsache ist jedenfalls, dass viele gescheiterte Beziehungen wohl nicht auseinander gegangen wären, wenn wir alles tun würden, um Missverständnisse zu vermeiden, die Bedürfnisse des anderen zu respektieren und darauf einzugehen. In einer Ehe wie auch in einer Partnerschaft ist es immer gut, wenn jeder sich frei fühlen kann, zu sagen, was ihm auf dem Herzen liegt. Dazu noch einige Tipps.

1. Fragen Sie sich, ob Sie dem anderen wirklich den Freiraum, die Zeit und die Aufmerksamkeit geben, die er braucht um sich verstanden zu fühlen. Wenn nicht, seien Sie nicht zu stolz oder zu bequem, um nachzufragen und etwas daran zu ändern.

„Wer verständlich reden will, muß fühlen."

*Jörg Lohrmann (*1970), Geschäftsprozess- und Strategieberater*

2. Zuhören will geübt sein. Das geht nicht von heute auf morgen. Nehmen Sie sich die Zeit dafür und üben sie „Zuhören". Versuchen Sie dabei wirklich dem anderen nahe zu sein, vor allem in Konfliktsituationen.

3. Wenn ein Gespräch einmal zu einem wirklichen Streit ausartet, nehmen Sie sich anschließend immer genügend Zeit, um alle Konfliktpunkte gründlich zu bereinigen. Lassen Sie nicht die „Scherben" herumliegen.

4. Während der eine redet, hört der andere, bis er verstanden hat, erst dann darf er reden.

Das alles kostet Zeit und Kraft, wahrscheinlich mehr, als wir zu investieren gewohnt sind. Aber es lohnt sich. Deshalb: Fangen Sie damit an, denn der Zeitpunkt, wo es noch nicht zu spät ist, ist immer jetzt. Aber keiner von uns weiß, wie lange noch.

Foto: Fotolia

Ist Ehe ein Auslaufmodell?

Die Ehe ist kein Auslaufmodell, das zeigen jüngste Studien. Wer die Bibel kennt, weiß, dass diese Form des Zusammenlebens ein Grundbaustein unserer Gesellschaft ist, den Gott so wollte. Er hat uns Menschen als Mann und Frau geschaffen und so begabt, dass wir uns ergänzen. Auch wenn heute immer mehr Ehen zerbrechen und Beziehungen unverbindlicher und beliebiger werden, so ist es doch eine Tatsache, dass das Modell „Ehe" nach wie vor hält und auch unsere Zeit überdauern wird. Aber schauen wir uns die Situation genauer an.

„Die Ehe hält." titelte vor kurzem eine große deutsche Wochenzeitung und meinte: *„Nie zuvor war es so leicht, den Bund fürs Leben zu verlassen. Aber die meisten bleiben."* Genau genommen sind es aktuell in Deutschland zwei Drittel der Ehen, die zusammen bleiben.

> „Die beste Aktie des Lebens ist eine glückliche Ehe."
>
> *Rainer Karius, Managementtrainer*

Das sind 70 von 100 Ehen, 30 werden geschieden. Wie verschiedene Jugendstudien belegen, steht die Sehnsucht nach Partnerschaft, Verlässlichkeit und Familie auf der Rangliste der Werte junger Menschen immer noch unangefochten an erster Stelle.

> „Der Bruch der Ehe bricht auch das Glück der Kinder."
>
> *Theodor Gottlieb von Hippel (1741–1796), ostpreußischer Staatsmann*

Statistiken zeigen, dass zwei Drittel der Ehen durch den Tod eines Partners enden und drei Viertel aller Kinder mit beiden Eltern aufwachsen. Angesichts dieser erstaunlichen Zahlen wird es eigentlich Zeit, dass wir uns viel mehr damit befassen, was Paare zusammenhält, und aufhören, darüber zu jammern, wie schlimm doch alles ist.

Was hält Paare zusammen?

Menschen, die die Bibel kennen, wissen, dass Gott die Ehe als grundlegende Ordnung eingesetzt hat. Gott hat, so glauben Christen, den Menschen als Mann und Frau geschaffen und sie so begabt, dass sie einander ergänzen, insbesondere als Eltern ihrer Kinder. Auf diesem von Gott geschaffenen Fundament steht die Ehe.

> „Die mit Tränen säen, werden mit Jubel ernten."
>
> Die BIBEL, Psalm 126,5

Mag sein, dass politische und gesellschaftliche Veränderungen und Weltanschauungen heute daran rütteln wie noch nie: Letztendlich können sie die von Gott eingesetzten Grundordnungen nicht verändern, viel eher entsteht durch jeden Versuch, sie zu verdrängen, eine neue Sehnsucht danach. Der Schöpfungsbericht der Bibel spricht von der Einsamkeit des ersten Menschen, dem Gott daraufhin eine „Hilfe" zur Seite stellt. Das weist uns darauf hin, dass der Mensch an sich unvollständig ist und erst durch das Miteinander von Mann und Frau „ganz" wird. In diesem Zusammenhang fällt ein Vers der Bibel ganz besonders auf, wo es heißt: *„Darum wird der Mann Vater und Mutter verlassen und sich an seine Frau binden und die zwei werden ein Fleisch sein. Sie sind also nicht mehr zwei, sondern eins.*

Danke für Ihre Spende!

Der ERF ist ein nichtkommerzieller Radiosender und finanziert sich fast ausschließlich durch die Spenden seiner Hörer.

Wir sagen Ihnen schon jetzt ein großes *Vergelt's Gott*, wenn auch Sie uns mit einer Spende helfen, die Produktion und Ausstrahlung der Sendungen des ERF zu finanzieren. Gott segne Sie dafür!

Postkonto Südtirol
IT76 L 076 0111 6000 0003 6810 372
Kennwort: Ausstrahlung

Für Überweisungen aus Deutschland, Österreich oder der Schweiz finden Sie unsere Konten auf der Seite 1 in dieser Programmzeitschrift.

Foto: pixabay

*Was nun Gott zusammengefügt hat, das darf der Mensch nicht trennen" (*Matthäus 19,5-6). Martin Buber (1878–1965), der bekannte jüdische Philosoph hat davon gesprochen, dass wir Menschen auf das „Du" hin angelegt sind. In einer Ehe kommt genau das zum Ausdruck. Gleichzeitig steht das Paar im Dienst der Kinder, die ihre beiden Eltern mehr brauchen als alles andere. Es ist die sogenannte Schöpfungsordnung, von der Christen überzeugt sind und die sich auch bis heute bewährt.

Ehe ist Teil der Liebe Gottes

Im Brief an die Epheser werden Männer dazu aufgefordert, ihre Frauen zu lieben wie ihren eigenen Leib. *„Wer seine Frau liebt, liebt sich selbst. Keiner hat je seinen eigenen Leib gehasst, sondern er nährt und pflegt ihn, wie auch Christus die Kirche. Denn wir sind Glieder seines Leibes"* (Eph 5,32). Eine Ehe zwischen Mann und Frau ist eingebettet in die Liebe des Schöpfer- und Erlösergottes zu uns Menschen. Die Art, wie Gott liebt, wird zum Maßstab der Liebe zwischen uns Menschen. Deshalb beruhen unsere Ehen nicht nur auf wandelbaren menschlichen Gesetzen, sondern auf dem festen Fundament der Liebe Gottes. Das sehen wir spätestens in unserer Zeit, wo sich bereits vieles verändert hat und immer noch weiter verändert – auch und vor allem im Bereich der Gesetze. Was jedoch Bestand hat, ist im Absoluten gegründet, das heißt in Gott, von dem wir als Christen wissen, dass er Liebe ist – und das ist auch in der Ehe der Fall. Liebe schenkt und verpflichtet sich. Beides ist wichtig, damit das Leben sich darin entfalten kann. In diesem Sinn geht Gott uns Menschen mit seinem Beispiel voran und wir sollen ihm folgen.

> „In der Ehe gibt es keine größeren Fehler als die immer wiederkehrenden."
>
> *Jean Paul (1763–1825), deutscher Dichter, Publizist und Pädagoge*

Dass auch die Verfassung unserer europäischen Länder die Ehe schützt, zeigt, dass der Staat an stabilen Verhältnissen interessiert ist. Deshalb ist es auch notwendig, dass wir den Wert der Ehe in unseren modernen Gesellschaften verteidigen. Viele Christen leisten bereits einen wichtigen Beitrag für die Zukunft kommender Generationen, indem sie sich dem Zeitgeist verweigern und den Wert der Ehe verteidigen.

Eine Nachrichtenagentur schreibt:

"Sie wollen alt werden? Sie wollen lange gesund bleiben? Sie wünschen sich ein erfülltes Sexualleben? Sie möchten glücklich sein? Dann folgen Sie modernen wissenschaftlichen Erkenntnissen – und heiraten Sie! Denn damit steigen Ihre Chancen, dass Sie all das finden." Heute wissen wir, welche Folgen die grundlegenden Änderungen des Ehe- und Familienrechts, des Sexualstrafrechts und der Gesetzgebung zu Pornographie und Abtreibung mit sich gebracht haben. Als diese Gesetze verabschiedet wurden, konnte man das alles nur vermuten. Inzwischen ist jedoch mehr als bekannt, wer Recht behalten hat, auch wenn nur wenig von diesen Erkenntnissen an die Öffentlichkeit gelangt, weil die Massenmedien nur ungern darüber berichten. Es sind die Verteidiger der Ehe und der zeitlosen Werte, die Recht behalten. Im Buch *„Der Segen von Ehe und Familie –Interessante Erkenntnisse aus Forschung und Statistik"* von Thomas Schirrmacher, herausgegeben im Auftrag von idea und des Instituts für Lebens- und Familienwissenschaften Bonn sind viele dieser wissenschaftlichen Erkenntnisse zusammengefasst.

> „Alle Weisheit beginnt damit, dass man Ehrfurcht hat vor dem HERRN."
>
> Die BIBEL, Sprüche 9,10

Was braucht eine gute Ehe?

1. Bevor Sie heiraten, sollten Sie sich die Frage nach Ihren Bedürfnissen stellen und imstande sein einzuschätzen, wie viel Nähe und Distanz, Konstanz und Abwechslung Sie als die Person, die Sie nunmal sind, brauchen.

2. Integration: Ihre Persönlichkeit muss in Ihrer Ehe ihren Platz finden, sonst werden unweigerlich Krisensituationen folgen. Bedürfnisse nach einer langen Leine, nach Abwechslung und Ordnung müssen respektiert werden, ehe sie zu einem Problemfeld werden.

3. Kennen Sie das Buch „Die fünf Sprachen der Liebe"? In diesem Buch wird beschrieben, wie sehr es in einer Ehe darum geht, dass Sie die Sprachen der Liebe Ihres Partners verstehen. Ihre Liebe zu Ihrem Ehepartner muss sichtbar werden. Doch jeder von uns spricht in seiner „Sprache der Liebe". Deshalb ist es wichtig, dass wir lernen, die Sprache der Liebe des anderen zu verstehen. Wenn ein Mann z. B. als Zeichen seiner Liebe immer den Abfalleimer zur Straße trägt, seine Frau sich aber schon lange nach einem schönen gemeinsamen Wochenende sehnt, so sprechen hier zwei Menschen ihre Sprache der Liebe, ohne sich zu verstehen.

> „Die Ehe ist und bleibt die wichtigste Entdeckungsreise, die ein Mensch unternehmen kann."
>
> *Søren Kierkegaard (1813 - 1855), dänischer Philosoph und Verfasser bahnbrechender Werke*

4. Konfliktfähigkeit ist unerlässlich für eine gute Ehe. Das heißt, dass wir lernen müssen, unsere Bedürfnisse unserem Partner gegenüber zu äußern. Ausserden müssen wir lernen, ja und nein zu sagen. Wer das nicht kann, wird früher oder später unweigerlich in ein Dilemma geraten.

5. Mit allen „vier Ohren" hören: Aus jeder Aussage des Ehepartners kann ich vier Aspekte heraushören. Entweder höre ich die Sachinformation oder was mein Partner über sich aussagt, was er über unsere Beziehung sagt oder ich höre einen Appell. Wenn ich alles nur als Appell höre, werde ich mich schwer damit tun, ihn zu verstehen. In Konflikt-Ehen wird oft nur noch mit „einem Ohr" gehört. Hilfreiche Informationen dazu, wie Sie das ändern können, finden Sie im Buch *„Miteinander reden"* von Gary Rosberg.

6. Gottesbild: Es ist wichtig, dass beide Ehepartner Gott als liebenden Gott kennen, der uns Würde verleiht, wie es in der Bibel steht. Wenn sich beide in einer Ehe bewusst sind, dass Jesus Schuld vergibt, uns leitet und tröstet, so ist das eine wichtige Grundlage für eine Ehe. Wo das nicht der Fall ist, kommt es oft zu übermäßigen Erwartungen, denen ein Ehepartner auf Dauer nicht zu entsprechen vermag.

Foto: lightwavemedia/Fotolia

Was Kinder wirklich brauchen

Was sind die wichtigsten Dinge, die unsere Kinder brauchen? Die US-amerikanische Erziehungsratgeberin Malinda Fuller hat sich Gedanken dazu gemacht und ist auf fünf Punkte gekommen, die Kinder zu selbstbewussten und glücklichen Menschen machen. Wir wollen im Folgenden darauf eingehen. Eltern und vor allem Mütter fragen sich immer wieder, ob sie ihren Kindern wohl das für ihr Leben mitgeben, was sie später wirklich brauchen. Wie in der Schule – brauchen wir vieles von dem, was wir lernen später nicht. Dann aber gibt es Begegnungen und Erfahrungen, die wir unser ganzes Leben nicht mehr vergessen. Was sind diese Dinge im Bereich unserer Erziehung?

Es sind fünf Dinge, auf die wir im Folgenden eingehen werden. Wahrscheinlich stehen sie auf keiner Geburtstags-Wunschliste. Dennoch sehnt sich jedes Kind danach. Der Grund dafür ist einfach. Es sind die wertvollsten und unbezahlbarsten Geschenke einer Erziehung, die keiner von uns so schnell vergisst. Sie kosten Eltern zwar einiges an Zeit und Mühe. Aber die Investition zahlt sich aus. Mehrfach sogar. Deshalb hier die fünf Dinge, die Eltern ihren Kindern für ihr Leben mit auf den Weg geben sollten.

„Kinder, solange sie nicht verzogen sind, beherrschen die zwei der wichtigsten Lebensregeln perfekt. Sie sind authentisch und sie sind stets ganz bei einer Sache."

*Irina Rauthmann (*1958), deutsche Aphoristikerin und Lyrikerin*

1. Aufmerksamkeit

Ganz gleich, wie alt Ihre Kinder sind – ob sie noch stundenlang in den Schlaf geschaukelt werden wollen oder ob es schon Diskussionen über ein T-Shirt gibt; Ihre Kinder sehnen sich nach Aufmerksamkeit. Sie zeigt ihnen, dass sie ernst genommen werden und gibt ihnen den Wert, den sie brauchen. Aufmerksamkeit ist so wichtig, dass Sie als Mutter oder Vater gut daran tun, wenn Sie sich immer wieder selbst daran erinnern, vor allem in unserer heutigen Zeit, in der wir so oft abgelenkt werden.

„Bring dein Kind schon in jungen Jahren auf den richtigen Weg, dann hält es sich auch im Alter daran."

Die BIBEL, Sprüche 22,6

Im Alltag bedeutet das konkret, dass Sie Ihr Smartphone beiseite legen, wenn Ihr Kind zu Ihnen kommt. Zeigen Sie dem Kind, dass Sie präsent sind, wenn es mit Ihnen spricht. Für einen Vater bedeutet es vielleicht, dass er auch mal auf seine Knie geht und sich die Sache genauer ansieht, wenn sein Sohn oder seine Tochter ihm ein Detail seines Spiels erklärt oder ihn auffordert mitzuspielen. Schicken Sie Ihrem Kind keine klugen Kommentare von oben herab, sondern kommen Sie auf seine Ebene. Ihr Kind will Sie als Gefährten, nicht als Kommentator seines Spiels. Vielleicht müssen Sie auch mal mit ihm in einen See springen, statt nur am Rand des Sees zu liegen und zu lesen. Vielleicht sollten sie etwas mit dem Kind basteln, zusammen bauen oder konstruieren, anstatt nur irgendwelche Anweisungen zu geben. Vielleicht geht es darum, dass Sie den Film, der dem Kind so wichtig geworden ist, auch tatsächlich mal gemeinsam anschauen, anstatt sich nur halbherzig dafür zu interessieren. Das alles sagt sich natürlich leicht. In Wirklichkeit kommen Sie vielleicht müde nach Hause und möchten einfach nur Ihre Ruhe haben. Aber genau darum geht es. Wenn Sie ihrem Kind das mitgeben möchten, was es wirklich braucht und in seinem ganzen Leben nicht mehr vergisst, müssen Sie zumindest immer wieder einmal wirklich präsent sein und ihm die Aufmerksamkeit schenken, die es braucht. Jedes Kind sehnt sich danach, gesehen und gehört zu werden.

2. Zuspruch

Zuspruch ist wie eine Rücklage, die Sie in die Beziehung zu Ihrem Kind legen. Wenn es dann an der Zeit ist, „nein" zu sagen, dann muss das sein. Grundsätzlich aber sollten Sie als Vater oder Mutter in Ihrer Erziehung die sein, die „ja" zu ihrem Kind sagen, es in seinen Ansichten und Zielen bestärken und ermutigen. Im Grunde sollten Sie Ihrem Kind einfach das Gefühl geben, dass Sie an es glauben, indem Sie es fördern und sich für es einsetzen. Solange es nichts Unmoralisches, Lebensgefährliches, Illegales oder Falsches ist, was Ihr Kind möchte, sollten Sie sein Komplize sein, der ihm hilft, es zu erreichen. Es ist auch wichtig, dass Sie

Foto: WavebreakmediaMicro/Fotolia

Ihrem Kind etwas zutrauen, anstatt seine Fähigkeiten in Frage zu stellen, wie das leider so häufig geschieht.

3. Sicherheit

Ihre Kindern sollten spüren, welche Priorität Sie in Ihrem Leben haben. Dass sie Ihnen wichtiger sind als alles andere, wichtiger vor allem als alles Materielle, das sie umgibt. Wenn Sie als Ehepartner Streit miteinander haben, merken das oft schon die Kleinsten. Geben Sie Ihren Kindern in diesen Situationen die Sicherheit, dass Sie niemals einfach weg sein werden. Zeigen Sie ihnen auch, dass Ihre Gefühle für sie völlig unabhängig sind von der Situation Ihrer Ehe. Das ist wichtig. Ihr Kind braucht diese Sicherheit. Jede Form von Unsicherheit quält das Kind nicht nur, sondern unterminiert auch das Vertrauen des Kindes in seine Eltern und in sich selbst.

„Es gibt nichts Göttlicheres als die Erziehung; durch Erziehung wird der Mensch erst wahrhaft Mensch."

Platon (427 – um 348 v. Chr.), griechischer Philosoph, Schüler Sokrates'

Wenn Ihr Kind ins Teenageralter kommt, braucht es vor allem die Sicherheit, dass das Anliegen oder die Gedanken, die es Ihnen anvertraut, nicht gleich beim nächsten Tratsch weitererzählt werden. Wenn Sie möchten, dass Ihr Kind in dieser Phase seines Lebens noch immer Vertrauen zu Ihnen hat, dann geben Sie ihm die Sicherheit, dass es sich auf Sie verlassen kann. Zeigen Sie ihm, dass Sie schweigen und Geheimnisse für sich behalten können. Denn genau darauf kommt es an. Wenn bereits morgen die Nachbarn wissen, was Ihr Teenager Ihnen anvertraut, wäre das fatal. Kinder brauchen jemanden, dem sie vertrauen können, dadurch können sie auch in dieser Phase ihres Leben sie selbst sein. Sorgen Sie dafür, dass Sie als Vater oder Mutter vertrauenswürdig bleiben und dass ihr Kind seine Geheimnisse, Ängste und Wünsche mit Ihnen teilen kann.

„Es gibt zwei gegensätzliche Arten der Erziehung: die Erziehung zum starken Charakter und die Erziehung zum guten Bürger."

*Bernhard Steiner (*1973), Schweizer Autor*

4. Annahme

Wissen Ihre Kinder, dass sie mit allem zu Ihnen kommen können? Wussten sie es schon von klein auf? Weiß Ihr Kind, dass Sie es auch dann noch lieben, wenn Ihnen das, was es gerade angestellt hat, überhaupt nicht gefällt? Weiß Ihr Sohn, dass er Ihnen mehr wert ist als die Schulnoten, die er gerade mit nach Hause bringt? Weiß Ihre Tochter, dass sie Ihnen immer mehr wert ist als die Auszeichnungen oder Begabungen, die sie aufzuweisen hat? Leistungsdruck muss nicht falsch sein. Wenn sich Ihr Kind aber nur noch über seine Leistung definiert, ist das falsch. „Weil ich dies oder jenes kann oder bin oder leiste, liebt mich meine Mutter oder mein Vater". Stolz auf die Leistung Ihres Kindes zu sein, ist nicht falsch, nur darf sein Wert nicht allein über seine Leistung bestimmt werden. Ob Ihr Sohn ein Naturbursche ist oder lieber daheim rumhängt – Kinder müssen sich immer zuerst einmal angenommen fühlen. Sie müssen wissen, dass sie akzeptiert, beachtet und geliebt sind. Erst dann können Sie anfangen, ihnen zu helfen, über ihre momentane Situation hinauszuwachsen.

„Erziehung ist Beispiel und Liebe, sonst nichts."

Friedrich Wilhelm Fröbel (1782–1852), deutscher Pädagoge, Schüler von Pestalozzi, gründete 1840 den ersten Kindergarten

Was Ihre Tochter auch werden will – es geht immer darum, dass sie sich zuerst in dem, was sie ist und denkt oder plant, angenommen und akzeptiert fühlen darf. Denn nur dann wird sie zu ihren eigenen Begabungen und Träumen finden und es dann auch wagen, sie in ihrem Leben umzusetzen. Deshalb ist es wichtig, dass Sie hinter Ihrem Kind stehen, ihm das Gefühl geben, dass Sie ihm helfen, seine Ziele zu erreichen, indem Sie ihre Begabungen fördern.

Eltern müssen ihren Kindern auch Zeit geben, sich und ihre Begabungen zu entdecken. Das geht manchmal schneller, manchmal langsamer und hängt im Grunde immer vom jeweiligen Charakter und der Begabung Ihres Kindes ab.

Wichtig ist, dass Sie Ihr Kind dabei nicht alleine lassen, dass Sie ihm dabei helfen, sich zu entdecken und zu entfalten. Denn nur so kann es die Erfahrung machen, dass das Vertrauen, das es in Sie gesetzt hat, auch tatsächlich gilt, unabhängig davon, ob es seinen Weg schon gefunden hat oder noch nicht. Kinder können sehr verschieden sein. Wichtig ist, dass sie mit Ihnen die Erfahrung machen, dass sie sich auch dann nicht alleine fühlen müssen, wenn der Weg zur Selbstfindung sich vielleicht schwieriger gestaltet als erwartet.

5. Liebe

Von dem bedeutenden Philosophen und Kirchenvater des Mittelalters Augustinus (354–430) stammt der Ausspruch: *„Liebe – und dann tu, was du willst."* Der Satz kann natürlich auch missverstanden werden, vor allem heute, wo wir mit dem Begriff „Liebe" so vieles verbinden – auch das, was nicht dazu gehört oder sogar das Gegenteil davon ist. Trotzdem ist alles bisher Genannte in diesem Punkt „Liebe" enthalten. Liebe ist das zentrale Geschehen des gesamten Universums. Liebe ist, was unser Leben wertvoll und einmalig macht. Liebe ist eine Macht, die nie hoch genug eingeschätzt werden kann.

„Erziehung ist nichts anderes als die Beziehung der Eltern zu ihren Kindern."

*Katharina Saalfrank (*1971), Diplom-Pädagogin, Musiktherapeutin, Fernsehdarstellerin der sehr bekannten Sendereihe „Die Super-Nanny"*

Deshalb die Frage: Wissen Ihre Kinder, dass sie bedingungslos geliebt sind? Haben Sie Ihnen das gesagt? Haben Sie es ihnen gezeigt – so, dass sie es richtig spüren konnten? Haben Sie schon eine Form dafür gefunden, die Ihre Kinder nachvollziehen und als wirkliche „Liebe" verstehen können? Zum Beispiel in Zeiten wo sie mit ihnen zusammen sind, eine Umarmung, gemeinsame Unternehmungen, durch Wertschätzung, Lob, Verlässlichkeit, Treue, Sicherheit und Annahme. Liebe ist letztlich all das zusammen. Die Sehnsucht nach Liebe ist generell das wichtigste Bedürfnis des Menschen. Ja, die Liebe setzt einiges an Mühe und Zeit voraus. Vielleicht müssen wir manchmal sogar unseren Stolz überwinden und selbstlos werden. Aber was immer wir investieren, Liebe ist wichtiger als alles andere, was Sie Ihrem Kind geben können. Denn: *„Liebe ist"*, so sagt die Bibel, *„das, was bleibt."*

Foto: Laurent Hamels/Fotolia

ERF SÜDTIROL HÖRERIN (DE)

Liebe Mitarbeiter des ERF! Sehr gerne hört mein Mann die Sendung „Immer wieder sonntags", weil es darin immer wieder so tolle Vorträge zu hören gibt.

ERF JOURNAL LESER

Ich erhalte bereits seit vielen Jahren die ERF-Zeitschrift und lese gerne die Beiträge. Ich möchte Sie anhalten weiterzumachen, damit noch mehr Menschen Antworten auf ihre Lebensfragen finden.

ERF SÜDTIROL HÖRERIN

Ihr habt so wertvolle Beiträge in eurem Programm! - Bitte sendet mir regelmäßig das ERF Südtirol-Journal zu!

Gott gebraucht ERF Medien

Immer wieder erreichen uns Berichte darüber, wie ERF Medien Südtirol Menschen in den unterschiedlichsten Lebenssituationen angesprochen und ermutigt hat. Helfen Sie uns mit Ihrer Spende viele weitere Menschen über das Radio, Internet und das ERF Journal zu erreichen, damit sie Gott persönlich kennen lernen!

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite unter **erf-melodie.com/spenden** oder telefonisch unter der Nummer **+39 0473 236751.**

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

ERF BUCHGALERIE KUNDIN

Ich hätte eine herzliche Bitte: Lassen sie mir doch bitte 2 Exemplare des ERF-Südtirol-Programmheftes über Israel zukommen! Im Voraus herzlichsten Dank!!!

ERF SÜDTIROL HÖRERIN

Ich habe gestern den Vortrag „Sich von Jesus prägen lassen" gehört. Dieser hat mich sehr angesprochen. Möchte davon ein mp3 oder eine CD bestellen!

ERF BUCHGALERIE KUNDE

Ein Freund hat mir ein Johannes-Evangelium geschenkt. Es hat mich sehr berührt. Ich möchte nun selbst mehrere Evangelien bestellen, um sie meinen Bekannten weiterzugeben, damit auch sie Jesus kennenlernen können.

Sie haben selbst bereits einiges mit dem ERF erlebt, wofür Sie dankbar sind? Dann erzählen Sie uns doch ihre persönliche Geschichte mit dem ERF.

Per E-Mail an **service@erf-tirol.com** oder Telefon **+39 0473 236751**

Südtirol
Stiftung ERF Medien
Raiffeisenkasse Algund, Fil. Gratsch
IT 69 K 08112 58590 000301229532
BIC-Code: RZSBIT21201

Österreich
ERF-Unterstützungsverein
PSK Innsbruck
IBAN: AT766000000093002383
SWIFT/BIC-Code: BAWAATWW

Schweiz
ERF Medien
PostFinance Konto: 65-162763-6 CHF
IBAN: CH26 0900 0000 6516 2763 6
SWIFT/BIC-Code: POFICHBEXXX

Deutschland
Stiftung ERF Medien
Volksbank Mittelhessen
IBAN: DE 34 51390000 0071238300
SWIFT/BIC-Code: VBMHDE5FXXX

DONNERSTAG, 01.04.

- 5.00 **Christsein Heute** Glaubwürdiges Wunder – Detlef Kühlein
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Wie „blöd" muss man sein, um an Gott zu glauben? – Manfred Bönig
- 10.00 **Thema des Monats** Von der Gerechtigkeit Gottes (4) – Hans-Joachim Eckstein
- 11.00 **Einführung in die Bibel** Bauen für Gott (4) – Ralf-Thomas Klein
- 12.05 **Bibel heute** Lukas 23,26-31
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel** Epheser 1,5-6
- 17.00 **Fokus Jerusalem** Das Magazin aus Israel
- 18.00 **Thema des Monats** Von der Gerechtigkeit Gottes (4) – Hans-Joachim Eckstein
- 20.30 **Christsein Heute** Mach dem Tod ein Ende! – Markus Wäsch

20.30 Christsein Heute
Kennen Sie die Begebenheit aus dem Leben Jesu: Die Auferweckung des Lazarus? Was verbirgt sich dahinter?

- 22.00 **Durch die Bibel** Epheser 1,5-6
- 23.30 **ERF für SIE** Augen-Blicke mit Jesus – Ute Zintarra, Redakteurin
- 1.00 **Gedanken zum Karfreitag** Ein frommer Fragensteller – Johannes 3,16
- 2.00 **Bibel heute** Lukas 23,32-49
- 3.00 **Thema des Monats** Von der Gerechtigkeit Gottes (5) – Hans-Joachim Eckstein
- 4.00 **Durch die Bibel** Epheser 1,4b-6

FREITAG, 02.04.

- 5.00 **ERF für SIE** Augen-Blicke mit Jesus – Ute Zintarra
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Mach dem Tod ein Ende! – Markus Wäsch
- 9.00 **Gedanken zum Karfreitag**
- 10.00 **Thema des Monats** Von der Gerechtigkeit Gottes (5) – Hans-Joachim Eckstein
- 11.00 **Fokus Jerusalem**
- 12.05 **Bibel heute:** Lukas 23,32-49
- 13.00 **Mittendrin**
- 15.00 **Gedanken zum Karfreitag** Ein frommer Fragensteller
- 16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 1,4b-6
- 17.00 **Glaube + Denken** Auferstanden! – Historische und literarische Rekonstruktionen – Dr. Heinzpeter Hempelmann
- 18.00 **Thema des Monats** Von der Gerechtigkeit Gottes (5) – Hans-Joachim Eckstein
- 20.30 **ERF für SIE** Jesus in Jerusalem – Impulse zur Passion - Steffi Baltes

10.00 Thema des Monats
Was erwartet uns nach dem Tod? Wie wird es sein, wenn Jesus wiederkommt? Und wie ist das mit dem Gericht am Jüngsten Tag?

- 22.00 **Durch die Bibel** Epheser 1,4b-6
- 23.30 **Dranbleiben** Der Knecht Gottes – Thomas Zels
- 1.00 **Fokus Jerusalem** Das Magazin aus Israel
- 2.00 **Bibel heute** Lukas 23,50-56
- 3.00 **Thema des Monats** Von der Gerechtigkeit Gottes (6) – Hans-Joachim Eckstein
- 4.00 **Andachtszeit** Von Gott verlassen – Helga Havemann & Doris Oehlenschläger

SAMSTAG, 03.04.

- 5.00 **Dranbleiben** Der Knecht Gottes – Thomas Zels
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **ERF für SIE** Jesus in Jerusalem – Impulse zur Passion - Steffi Baltes
- 9.00 **Kinderkiste-Radio Doppeldecker**
- 10.00 **Thema des Monats** Von der Gerechtigkeit Gottes (6) – Hans-Joachim Eckstein
- 11.00 **Glaube + Denken** Auferstanden! – Dr. Heinzpeter Hempelmann
- 12.05 **Bibel heute:** Lukas 23,50-56
- 13.00 **Mittendrin**
- 17.00 **Radiotreff** Tod und Auferstehung Jesu – Was hat der Hase mit dem Osterfest zu tun? - Imo Trojan
- 18.00 **Thema des Monats** Von der Gerechtigkeit Gottes (6) – Hans-Joachim Eckstein
- 19.00 **Kinderkiste-Radio Doppeldecker** Der Riss
- 20.30 **Christsein Heute** Überleben (9): ÜBERLEGUNG – Lutz Scheufler

9.00 Kinderkiste
Interessiert dich die Raumfahrt? Hast du schon von der ISS gehört? Dort spielt diese Mal ein spannendes Abenteuer in der Kinderkiste.

- 22.00 **Andachtszeit** Von Gott verlassen – Helga Havemann & Doris Oehlenschläger
- 23.30 **Christsein Heute** Gott will dich – Dir kann geholfen werden – Andreas Schäfer
- 1.00 **Gedanken zum Ostersonntag** Schlüsselgewalt – Offenbarung 1,18
- 2.00 **Bibel heute:** Lukas 24,1-12
- 3.00 **Ostergottesdienst** Du kannst in der Kraft der Auferstehung Jesu leben
- 4.00 **Immer wieder sonntags**

SONNTAG, 04.04.

- 5.00 **Christsein Heute** Gott will dich – Dir kann geholfen werden – Andreas Schäfer
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Immer wieder sonntags**
- 9.00 **Gedanken zum Ostersonntag** Schlüsselgewalt - Offb. 1,18
- 10.00 **Bibel heute:** Lukas 24,1-12
- 11.00 **Ostergottesdienst** Du kannst in der Kraft der Auferstehung Jesu leben
- 12.05 **Osterkonzert**
- 13.00 **Mittendrin**
- 15.00 **Gedanken zum Ostersonntag** Schlüsselgewalt – Offenbarung 1,18
- 16.00 **Immer wieder sonntags**
- 17.00 **Andachtszeit** Von Gott verlassen – Helga Havemann & Doris Oehlenschläger
- 18.00 **Ostergottesdienst** Du kannst in der Kraft der Auferstehung Jesu leben
- 20.30 **Christsein Heute** Friedensbringer – Ein Nehmen und Geben - Ulrich Parzany

20.30 Christsein Heute
Die Kreuzigung Jesu brachte viele Jünger dazu, in Deckung zu gehen, sie schlossen sich ein, sie hatten Angst hingerichtet zu werden.

- 22.00 **Oase**

www.erf-melodie.com/spenden

- 23.30 **Christsein Heute** Ein Jahr mit Tiefgang – Andy Messner, Rebeca Riegert & Dominik Tiedeck
- 1.00 **Gedanken zum Ostermonatg** Begegnung mit dem Auferstandenen – Offenbarung 1,18
- 2.00 **Bibel heute:** Lukas 24,13-35
- 3.00 **ERF Spezial**
- 4.00 **Ostergottesdienst** Das Austauschprogramm Gottes

Fotos: pexels; Eva-Maria Böss; Werner Heukelbach; unsplash

Das THEMA des MONATS

Im April eine sechsteilige Vortragsreihe von
Dr. Ute Horn
zum Thema:
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander.
In der 2. und 4. Woche täglich um 3.00, 10.00 und 18.00 Uhr, in der 3. Woche jeweils um 14.00 Uhr.

Wenn Sie unser Thema des Monats verschenken oder noch einmal in Ruhe zu Hause anhören möchten, können Sie Kopien der Vorträge bei uns z.B. als CDs oder MP3s bestellen – oder auch auf unserer Internetseite www.erf-melodie.com in der Mediathek herunterladen.

Mediathek

Sie haben eine Sendung verpasst? Kein Problem – in der Mediathek auf unserer Webseite können Sie sich viele Sendungen noch einmal anhören und downloaden. Sie können dort gezielt nach Titel oder Sendereihe suchen oder auch in den verschiedenen Themenbereichen stöbern.

Social Media

Folgen Sie uns auf Facebook und Instagram. Dort erhalten Sie weitere Programmtipps, interessante Beiträge, Informationen und Einblicke in die Arbeit von ERF Medien Südtirol!

ERF Medien Suedtirol

erf_medien

MONTAG, 05.04.

5.00 **Christsein Heute**
Ein Jahr mit Tiefgang
Andy Messner, Rebeca Riegert & Dominik Tiedeck
6.00 **Mittendrin**
6.30 **Wort zum Tag**
7.00 **Mittendrin**
7.30 **Wort zum Tag**
8.00 **Christsein Heute**
Friedensbringer – Ein Nehmen und Geben - Ulrich Parzany
9.00 **Gedanken zum Ostermontag**
10.00 **ERF Spezial**
11.00 **Ostergottesdienst**
12.05 **Bibel heute:** Lukas 24,13-35
13.00 **Mittendrin**
15.00 **Gedanken zum Ostermontag**
Begegnung mit dem Auferstandenen - Offenbarung 1,18
16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 1,8-12
17.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (1)
Elisabeth Büchle
18.00 **ERF Spezial**
19.00 **Ostergottesdienst**
Das Austauschprogramm Gottes
20.30 **Dranbleiben**
Die Gleichnisse Jesu (5)
Senfkörner und Sauerteig
Werner Burkhardt

18.00 ERF Spezial
Kann man Christ sein, ohne an die Auferstehung Jesu zu glauben? Was wäre „wenn Christus nicht auferstanden wäre"?

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 1,8-12
23.30 **Christsein Heute**
In der Seelsorge Gottes (6)
Ich komme zu kurz
Heino Welscher
Theologe & Autor
1.00 **Radiotreff**
Tod und Auferstehung Jesu
Was hat der Hase mit dem Osterfest zu tun?
Imo Trojan
2.00 **Bibel heute**
Lukas 24,36-49
4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 1,13-16

DIENSTAG, 06.04.

5.00 **Christsein Heute**
In der Seelsorge Gottes (6):
Ich komme zu kurz
Heino Welscher
Theologe & Autor
6.00 **Mittendrin**
6.30 **Wort zum Tag**
7.00 **Mittendrin**
7.30 **Wort zum Tag**
8.00 **Dranbleiben**
Die Gleichnisse Jesu (5)
Senfkörner und Sauerteig
Werner Burkhardt
Leiter ERF Hörerservice
11.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (1)
Elisabeth Büchle
12.05 **Bibel heute**
Lukas 24,36-49
13.00 **Mittendrin**
16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 1,13-16
17.00 **Forum Familie**
Trennung ohne Trauma
Was Kindern hilft, wenn ihre Eltern sich scheiden lassen
Regina Hiller
Pädagogin & Psychologin
20.30 **Christsein Heute**
Kein Seemannsgarn
Daniel Sauer

11.00 Buch der Woche
Die Sklaverei stößt bei Antoinette auf Unverständnis. Sie schließt sich heimlich einer Gruppe von Sklavenbefreiern an.

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 1,13-16
23.30 **Christsein Heute**
Brannte nicht unser Herz?
Auf dem Weg nach Emmaus wurden Herzen entflammt
Marie-Luise Winter
Referentin
1.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (1)
Elisabeth Büchle
Pflegerin & Autorin
2.00 **Bibel heute**
Lukas 24,50-53
4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 1,17-23

MITTWOCH, 07.04.

5.00 **Christsein Heute**
Brannte nicht unser Herz?
Marie-Luise Winter
6.00 **Mittendrin**
6.30 **Wort zum Tag**
7.00 **Mittendrin**
7.30 **Wort zum Tag**
8.00 **Christsein Heute**
Kein Seemannsgarn
Daniel Sauer
11.00 **Forum Familie**
Trennung ohne Trauma
Was Kindern hilft, wenn ihre Eltern sich scheiden lassen
Regina Hiller
Pädagogin & Psychologin
12.05 **Bibel heute:** Lukas 24,50-53
13.00 **Mittendrin**
16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 1,17-23

www.erf-melodie.com/spenden

17.00 **Einführung in die Bibel**
Bauen für Gott (5)
Ralf-Thomas Klein
20.30 **Christsein Heute**
Jesus – die gute Nachricht für jeden
Christoph Morgner

11.00 Forum Familie
Was geht in Kindern vor, wenn Eltern sich trennen? Welche kurz- und langfristigen Folgen ziehen Trennungen nach sich?

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 1,17-23
23.30 **Christsein Heute**
Glaubwürdiges Leben
Detlef Kühlein
Theologe
1.00 **Forum Familie**
Trennung ohne Trauma
Was Kindern hilft, wenn ihre Eltern sich scheiden lassen
Regina Hiller
Pädagogin & Psychologin
2.00 **Bibel heute**
Kolosser 1,1-14
4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 2,1-2

Fotos: Fotolia; Gerth Medien; Fotolia

DONNERSTAG, 08.04.

5.00 **Christsein Heute**
Glaubwürdiges Leben
Detlef Kühlein
Theologe

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Jesus – die gute Nachricht für jeden
Christoph Morgner
Theologe & Autor

11.00 **Einführung in die Bibel**
Bauen für Gott (5)
Gedanken zum Buch Nehemia
Ralf-Thomas Klein
Autor

12.05 **Bibel heute**
Kolosser 1,1-14

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 2,1-2

17.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

20.30 **Christsein Heute**
Jesus begeistert die Ängstlichen: Die Jünger Jesu waren nicht die Allermutigsten
Dr. Rolf Sons
Theologe & Autor

20.30 Christsein Heute
Nach seiner Kreuzigung begegnet der auferstandene Christus seinen eingeschüchterten und ängstlichen Jüngern.

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 2,1-2

23.30 **ERF für SIE**
Das Geheimnis deiner Stärke
Kraft und Kraftlosigkeit
Christiane Rösel
Referentin & Autorin

1.00 **Einführung in die Bibel**
Bauen für Gott (5)
Gedanken zum Buch Nehemia
Ralf-Thomas Klein
Autor

2.00 **Bibel heute**
Kolosser 1,15-23

4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 2,3-7

FREITAG, 09.04.

5.00 **ERF für SIE**
Das Geheimnis deiner Stärke
Christiane Rösel

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Jesus begeistert die Ängstlichen: Die Jünger Jesu waren nicht die Allermutigsten
Dr. Rolf Sons

11.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

12.05 **Bibel heute**
Kolosser 1,15-23

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 2,3-7

www.erf-melodie.com/spenden

17.00 **Glaube + Denken**
Was sagt der Koran über das Kreuz Jesu?
Dr. Christine Schirrmacher
Islamwissenschaftlerin

20.30 **ERF für SIE**
„Ich kann nicht glauben"
Annette Gerling

17.00 Glaube + Denken
Am Kreuz Jesu hängt die ganze Erlösung, glauben die Christen. Sagt der Koran etwas zum Kreuz? Was wird dort als Erlösung verstanden?

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 2,3-7

23.30 **Dranbleiben**
7 Briefe aus dem Himmel (2)
Sei treu bis zum Tod
Daniel Siemens
Theologe

1.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

2.00 **Bibel heute**
Kolosser 1,24-29

4.00 **Andachtszeit**
Die Liebe Gottes und die Liebe zum Bruder
Winfried Schenke
Theologe

SAMSTAG, 10.04.

5.00 **Dranbleiben**
7 Briefe aus dem Himmel (2)
Sei treu bis zum Tod
Daniel Siemens

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **ERF für SIE**
„Ich kann nicht glauben"
Annette Gerling

9.00 **Kinderkiste-Radio Doppeldecker**
Lichter der Welt

11.00 **Glaube + Denken**
Was sagt der Koran über das Kreuz Jesu?
Dr. Christine Schirrmacher
Islamwissenschaftlerin

12.05 **Bibel heute**
Kolosser 1,24-29

13.00 **Mittendrin**

17.00 **Radiotreff**
Unter Druck (1): Wie man steigende Belastung aushält
Helmut Roth

19.00 **Kinderkiste-Radio Doppeldecker**
Lichter der Welt

20.30 **Christsein Heute**
Überleben (10)
ÜBERBRÜCKUNG
Lutz Scheufler

20.30 Christsein Heute
Warum brauchen sich Christen vor der Gerechtigkeit Gottes nicht zu fürchten? Was sagt die Bibel dazu?

22.00 **Andachtszeit**
Die Liebe Gottes und die Liebe zum Bruder
Winfried Schenke

23.30 **Christsein Heute**
Der neue Mensch – eine Utopie
Richard Kriese

1.00 **Gedanken zum Sonntag**
Lebendige Hoffnung
1. Petrus 1,3;
Apostelgeschichte 11,19-24

2.00 **Bibel heute:** Psalm 116

3.00 **Gottesdienst**
In Klarheit und in Wahrheit mit dem Auferstandenen leben

4.00 **Immer wieder sonntags**

SONNTAG, 11.04.

5.00 **Christsein Heute**
Der neue Mensch – eine Utopie
Richard Kriese

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Immer wieder sonntags**

9.00 **Gedanken zum Sonntag**
Lebendige Hoffnung
1. Petrus 1,3; Apg. 11,19-24

10.00 **Bibel heute:** Psalm 116

11.00 **Gottesdienst**
In Klarheit und in Wahrheit mit dem Auferstandenen leben

12.05 **Sonntagskonzert**

13.00 **Mittendrin**

15.00 **Gedanken zum Sonntag**
Lebendige Hoffnung
1. Petrus 1,3; Apg. 11,19-24

16.00 **Immer wieder sonntags**

17.00 **Andachtszeit**
Die Liebe Gottes und die Liebe zum Bruder - Winfried Schenke

18.00 **Gottesdienst**
In Klarheit und in Wahrheit mit dem Auferstandenen leben

20.30 **Glaube - erlebt, gelebt**
Kind wird Pflegefall
Matthias & Simona Werant

11.00 Gottesdienst
Wie können wir heute in Klarheit und in Wahrheit mit dem Auferstandenen leben? Was bedeutet das überhaupt?

22.00 **Oase**

www.buchgalerie.it

23.30 **Christsein Heute**
Per Anhalter zum lieben Gott
Claudia Schmidt & Ingrid A. Will

1.00 **Glaube + Denken**
Was sagt der Koran über das Kreuz Jesu? - Dr. Schirrmacher

2.00 **Bibel heute:** Kolosser 2,1-7

3.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1)
Dr. med. Ute Horn

4.00 **Durch die Bibel:** Epheser 2,8-13

Fotos: pexels (3); maxpixel

Buch der Woche

Montag 05. - 26. April 17.00
Dienstag 06. - 27. April 11.00
Mittwoch 07. - 28. April 1.00

Im Herzen die Freiheit
Elisabeth Büchle

Während sie in einem Moment noch in Kleidern aus edelsten Stoffen und schick frisiert auf festlichen Bällen von Verehrern zum Tanz aufgefordert wird, reitet die junge Antoinette nur wenige Stunden später durch das Dickicht des Waldes – gehüllt in ein dunkles Cape. Nacht für Nacht versucht sie so Sklaven aus den amerikanischen Südstaaten in den Norden zu schleusen – wo die Schwarzen in Freiheit leben dürfen. Klar, dass so ein Doppelleben nicht unentdeckt bleibt.

Dieser fesselnde historische Roman ist nicht nur eine unterhaltsame Lektüre, sondern nimmt den Leser mit in den Kampf einer jungen Frau um Freiheit und Gerechtigkeit für alle. Ihre Geschichte inspiriert dazu, sich auch heute mutig für die einzusetzen, die benachteiligt und übersehen werden.

Für Sie rezensiert von Marie P.

Tb., 544 Seiten,
Gerth Medien
ISBN 978-3-9573464-8-3
EUR 11,00

Das Buch finden Sie hier:
Buchhandlung **BUCHGALERIE**
Lauben 315 · I-39012 Meran
www.buchgalerie.it · info@buchgalerie.it
Tel (+39) 0473 237 997

MONTAG, 12.04.

- 5.00 **Christsein Heute** Per Anhalter zum lieben Gott – Claudia Schmidt & Ingrid A. Will
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Glaube - erlebt, gelebt** Kind wird Pflegefall – Matthias & Simona Werant
- 10.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1) – Dr. med. Ute Horn
- 11.00 **Radiotreff** Unter Druck (1): Wie man steigende Belastung aushält – Helmut Roth
- 12.05 **Bibel heute:** Kolosser 2,1-7
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 2,8-13
- 17.00 **Buch der Woche** Im Herzen die Freiheit (2)
- 18.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1) – Dr. med. Ute Horn
- 20.30 **Dranbleiben** 7 Briefe aus dem Himmel (6) Kleine Kraft & große Treue – Daniel Siemens

10.00 Thema des Monats
Kinder stark machen und von ihnen lernen
Wie können wir unser Familienleben reflektieren und Probleme angehen?

- 22.00 **Durch die Bibel** Epheser 2,8-13
- 23.30 **Christsein Heute** Überleben (7): ÜBERFLIESSEN – Lutz Scheufler
- 1.00 **Radiotreff** Unter Druck (1): Wie man steigende Belastung aushält – Helmut Roth
- 2.00 **Bibel heute:** Kolosser 2,8-15
- 3.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (2) – Dr. med. Ute Horn
- 4.00 **Durch die Bibel** Epheser 2,14-22

DIENSTAG, 13.04.

- 5.00 **Christsein Heute** Überleben (7): ÜBERFLIESSEN – Lutz Scheufler
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Dranbleiben** 7 Briefe aus dem Himmel (6) Kleine Kraft & große Treue – Daniel Siemens
- 10.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (2) – Dr. med. Ute Horn
- 11.00 **Buch der Woche** Im Herzen die Freiheit (2) – Elisabeth Büchle
- 12.05 **Bibel heute:** Kolosser 2,8-15
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 2,14-22
- 17.00 **Forum Familie** Partnerschaft und Ehe – nachgefragt - Josef Sochocki
- 18.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (2) – Dr. med. Ute Horn
- 20.30 **Christsein Heute** Gute Beziehungen trotz Covid – Susi Waldner

8.00 Dranbleiben
Die Christen in Philadelphia bekommen einen Brief von Jesus. Er lobt ihre Treue trotz ihrer kleinen Kraft. Was verspricht Jesus ihnen?

- 22.00 **Durch die Bibel:** Epheser 2,14-22
- 23.30 **Christsein Heute** Radikale Liebe (2) Was für ein Nachfolger bist du? – Rainer Harter
- 1.00 **Buch der Woche** Im Herzen die Freiheit (2) – Elisabeth Büchle
- 2.00 **Bibel heute** Kolosser 2,16-23
- 3.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (3) – Dr. med. Ute Horn
- 4.00 **Durch die Bibel** Epheser 3,1-13

MITTWOCH, 14.04.

- 5.00 **Christsein Heute** Radikale Liebe (2) Was für ein Nachfolger bist du? – Rainer Harter
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Gute Beziehungen trotz Covid – Susi Waldner
- 10.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (3) – Dr. med. Ute Horn
- 11.00 **Forum Familie** Partnerschaft und Ehe – nachgefragt - Josef Sochocki
- 12.05 **Bibel heute:** Kolosser 2,16-23
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 3,1-13
- 17.00 **Einführung in die Bibel** Jesus begeistert die Entmutigten - Gerhard Maier
- 18.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (3) – Dr. med. Ute Horn
- 20.30 **Christsein Heute** Der Vater und der Sohn – Anton Schulte

20.30 Christsein Heute
Kein Mensch hat Gott je gesehen und doch hat Gott sich auf eine Weise offenbart, die Menschen sehr viel über seine Eigenschaften zeigt.

- 22.00 **Durch die Bibel:** Epheser 3,1-13
- 23.30 **Christsein Heute** Fragwürdige Angst – Detlef Kühlein
- 1.00 **Forum Familie** Partnerschaft und Ehe – nachgefragt – Josef Sochocki
- 2.00 **Bibel heute** Kolosser 3,1-4
- 3.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (4) – Dr. med. Ute Horn
- 4.00 **Durch die Bibel** Epheser 3,14-21

Fotos: Gerth Medien; lev dolgachov/Fotolia; unsplash; pexels (2)

DONNERSTAG, 15.04.

- 5.00 **Christsein Heute** Fragwürdige Angst Detlef Kühlein
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Der Vater und der Sohn Anton Schulte
- 10.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (4) Dr. med. Ute Horn
- 11.00 **Einführung in die Bibel** Jesus begeistert die Entmutigten Gerhard Maier
- 12.05 **Bibel heute:** Kolosser 3,1-4
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel** Epheser 3,14-21
- 17.00 **Fokus Jerusalem** Das Magazin aus Israel
- 18.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (4) Dr. med. Ute Horn
- 20.30 **Christsein Heute** Ein toter Zeuge bringt nichts Udo Vach

FREITAG, 16.04.

- 5.00 **ERF für SIE** Fünf Worte und ein ganzes Leben - Sabine Zinkernagel
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Ein toter Zeuge bringt nichts Udo Vach
- 10.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (5) Dr. med. Ute Horn
- 11.00 **Fokus Jerusalem** Das Magazin aus Israel
- 12.05 **Bibel heute:** Kolosser 3,5-11
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 4,1-6
- 17.00 **Glaube + Denken** Naturwissenschaft und Wahrheit Siegfried Scherer
- 18.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (5) Dr. med. Ute Horn
- 20.30 **ERF für SIE** Lebendige Stille – Kraft für die Seele Monika Deitenbeck-Goseberg

SAMSTAG, 17.04.

- 5.00 **Dranbleiben**
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **ERF für SIE** Lebendige Stille – Kraft für die Seele - Monika Deitenbeck-Goseberg
- 9.00 **Kinderkiste-Radio Doppeldecker**
- 10.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (6) Dr. med. Ute Horn
- 11.00 **Glaube + Denken** Naturwissenschaft und Wahrheit - Siegfried Scherer
- 12.05 **Bibel heute:** Kolosser 3,12-17
- 13.00 **Mittendrin**
- 17.00 **Radiotreff** Unter Druck (2): Wie man steigende Belastung aushält Helmut Roth
- 18.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (6) Dr. med. U. Horn
- 19.00 **Kinderkiste-Radio Doppeldecker** Tief unten
- 20.30 **Christsein Heute** In der Seelsorge Gottes (7): Ist Gott ungerecht? - Heino Welscher

SONNTAG, 18.04.

- 5.00 **Christsein Heute** Lass das mal meine Sorge sein Sorgen abgeben - Konrad Eißler
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Immer wieder sonntags**
- 9.00 **Gedanken zum Sonntag** Wahrgenommen und geführt Johannes 10,11a.27–28a; Apostelgeschichte 11,25-30
- 10.00 **Bibel heute:** Psalm 23
- 11.00 **Gottesdienst**
- 12.05 **Sonntagskonzert**
- 13.00 **Mittendrin**
- 15.00 **Gedanken zum Sonntag** Wahrgenommen und geführt Johannes 10,11a.27–28a; Apostelgeschichte 11,25-30
- 16.00 **Immer wieder sonntags**
- 17.00 **Andachtszeit** Anspruch und Wirklichkeit Irmhild Ohngemach
- 18.00 **Gottesdienst** Onesimus: Vom Sklaven zum Bischof
- 20.30 **Christsein Heute** Im Zweifel mit den Fragen zu Jesus (1) - Hans-Joachim Eckstein

18.00 Thema des Monats
Von Ärger, Wut und Zorn
Auch wenn uns etwas ärgert oder überfordert, gibt es Wege diese Situation zu entschärfen.

11.00 Fokus Jerusalem
Berichte über aktuelle politische Entwicklungen im Heiligen Land, Kultur und Tourismus, Wirtschaft und Forschung.

17.00 Radiotreff
Welche konkreten Maßnahmen kann jeder umsetzen, um sich selbst zu entlasten? Wie kann man sich mit Selbstfürsorge ermutigen?

20.30 Christsein Heute
Keiner will sie, viele haben sie dennoch: Zweifel. Wie geht man damit um, wenn der Glaube ins Wanken gerät?

- 22.00 **Durch die Bibel:** Epheser 3,14-21
- 23.30 **ERF für SIE** Fünf Worte und ein ganzes Leben Sabine Zinkernagel
- 1.00 **Einführung in die Bibel** Jesus begeistert die Entmutigten Gerhard Maier
- 2.00 **Bibel heute:** Kolosser 3,5-11
- 3.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (5) Dr. med. Ute Horn
- 4.00 **Durch die Bibel** Epheser 4,1-6

- 22.00 **Durch die Bibel:** Epheser 4,1-6
- 23.30 **Dranbleiben** Die Gleichnisse Jesu (1) Das Licht auf dem Leuchter Werner Burkhardt
- 1.00 **Fokus Jerusalem** Das Magazin aus Israel
- 2.00 **Bibel heute:** Kolosser 3,12-17
- 3.00 **Thema des Monats** Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (6) Dr. med. Ute Horn
- 4.00 **Andachtszeit** Anspruch und Wirklichkeit Irmhild Ohngemach

- 22.00 **Andachtszeit** Anspruch und Wirklichkeit Irmhild Ohngemach
- 23.30 **Christsein Heute** Lass das mal meine Sorge sein Sorgen abgeben Konrad Eißler
- 1.00 **Gedanken zum Sonntag** Wahrgenommen und geführt Johannes 10,11a.27–28a; Apostelgeschichte 11,25-30
- 2.00 **Bibel heute:** Psalm 23
- 3.00 **Gottesdienst** Onesimus: Vom Sklaven zum Bischof
- 4.00 **Immer wieder sonntags**

- 22.00 **Oase**

www.erf-melodie.com/spenden

- 23.30 **Christsein Heute** Jugend hinter Gittern Maria Berger
- 1.00 **Glaube + Denken** Naturwissenschaft und Wahrheit Siegfried Scherer
- 2.00 **Bibel heute** Kolosser 3,18–4,1
- 4.00 **Durch die Bibel** Epheser 4,7-13

Fotos: lev dolgachov/Fotolia; Fokus Jerusalem; Christian Müller/Fotolia; Fotolia

Sie hören den ERF Südtirol auf diesen Frequenzen:

In Südtirol

Meran	105,6 MHz
Bozen	105,3 MHz
Unt. Vinschgau	96,2 MHz
Ob. Vinschgau	101,7 MHz
Unterland	105,5 MHz
Brixen/Bruneck	105,2 MHz
Sterzing	107,6 MHz

In Nordtirol

Innsbruck	102,2 MHz

Im Tessin

Mendrisiotto	89,4 MHz
Sotto Céneri	96,7 MHz
Sopra Céneri	102,9 MHz
Cannóbio	106,6 MHz

Internet

www.erf-tirol.com

DigitalRadio

in Südtirol auch auf DAB+

ZEICHENERKLÄRUNG

In Sendungen mit diesem Symbol wird ein Buch vorgestellt.

Zu Sendungen mit diesem Symbol können Sie eine CD bei uns bestellen. Erhältlich sind alle mit dem CD-Symbol gekennzeichneten Sendungen auch als Audiodatei im mp3-Format für Computer, Smartphone und vergleichbare Abspielgeräte.

ERF Hörerservice

Tel (+39) 0473 236 751
Fax (+39) 0473 276 252

service@erf-tirol.com

Postfach 149 / Lauben 315
I-39012 Meran

Im ERF Hörerservice sind Seelsorge-Mitarbeiter zu den Bürozeiten telefonisch für Sie erreichbar.

MONTAG, 19.04.

5.00 **Christsein Heute**
Jugend hinter Gittern
Maria Berger

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Im Zweifel mit den Fragen zu Jesus (1)
Hans-Joachim Eckstein

11.00 **Radiotreff**
Unter Druck (2): Wie man steigende Belastung aushält
Helmut Roth

12.05 **Bibel heute:** Kolosser 3,18–4,1

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1)
Dr. med. Ute Horn

16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 4,7-13

17.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (3)
Elisabeth Büchle

20.30 **Dranbleiben**
Die Gleichnisse Jesu (6)
Der Schatz im Acker und die Perle
Werner Burkhardt

20.30 Dranbleiben
Das Reich Gottes ist unschätzbar wertvoll – doch auch wir sind so sehr von Gott geliebt, dass er alles dafür einsetzt uns zu gewinnen.

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 4,7-13

23.30 **Christsein Heute**
Überleben (8)
ÜBERRASCHUNG
Lutz Scheufler
Theologe & Autor

1.00 **Radiotreff**
Unter Druck (2)
Wie man steigende Belastung aushält
Helmut Roth

2.00 **Bibel heute**
Kolosser 4,2-6

4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 4,14-21

DIENSTAG, 20.04.

5.00 **Christsein Heute**
Überleben (8): ÜBERRASCHUNG
Lutz Scheufler

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Dranbleiben**
Die Gleichnisse Jesu (6)
Der Schatz im Acker und die Perle
Werner Burkhardt

11.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (3)
Elisabeth Büchle

12.05 **Bibel heute:** Kolosser 4,2-6

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (2)
Dr. med. Ute Horn

16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 4,14-21

17.00 **Forum Familie**
Wir kommen schon allein zurecht!
Christiane Rheinisch & Johannes van Dame

20.30 **Christsein Heute**
Das Erbe meines Vaters
Yusuf

14.00 Thema des Monats
Kinder stark machen und von ihnen lernen
Stolz, Dankbarkeit, Liebe, Konsequenz – gehören zu guter Kindererziehung.

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 4,14-21

23.30 **Christsein Heute**
Radikale Liebe (3)
Was bedeutet radikale Nachfolge?
Rainer Harter
Autor

1.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (3)
Elisabeth Büchle

2.00 **Bibel heute**
Kolosser 4,7-18

4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 4,22-32

MITTWOCH, 21.04.

5.00 **Christsein Heute**
Radikale Liebe (3)
Was bedeutet radikale Nachfolge? - Rainer Harter

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Das Erbe meines Vaters
Yusuf

11.00 **Forum Familie**
Wir kommen schon allein zurecht!
Christiane Rheinisch & Johannes van Dame

12.05 **Bibel heute:** Kolosser 4,7-18

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (3)
Dr. med. Ute Horn

16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 4,22-32

17.00 **Einführung in die Bibel**
Der Anfang vom Ende (1)
Schlechte Zeiten lehren am meisten
Johannes Gerloff

20.30 **Christsein Heute**
Grenzenlose Freiheit
Wo finde ich Schutz?
Ulrich Parzany

17.00 Einführung in die Bibel
Gott kennt unsere Ängste und durch Corona nimmt er uns mit in die Osterperspektive.
Was bringt die Endzeit?

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 4,22-32

23.30 **Glaube - erlebt, gelebt**
Hoffnung ist stärker als der Tod
Regina Neufeld
Autorin

1.00 **Forum Familie**
Wir kommen schon allein zurecht!
Christiane Rheinisch & Johannes van Dame

2.00 **Bibel heute**
Daniel 1,1-21

4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 5,1-14

Fotos: pexels; lev dolgachov/Fotolia; Fotolia

DONNERSTAG, 22.04.

5.00 **Glaube - erlebt, gelebt**
Hoffnung ist stärker als der Tod
Regina Neufeld

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Grenzenlose Freiheit
Wo finde ich Schutz?
Ulrich Parzany

11.00 **Einführung in die Bibel**
Der Anfang vom Ende (1)
Schlechte Zeiten lehren am meisten
Johannes Gerloff

12.05 **Bibel heute**
Daniel 1,1-21

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (4)
Dr. med. Ute Horn

16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 5,1-14

17.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

20.30 **Christsein Heute**
Der Segen der Einheit (1)
Johannes Steinle

20.30 Christsein Heute
Woran ist das Miteinander von David und Saul zerbrochen und was bedeutet das für uns heute?

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 5,1-14

23.30 **ERF für SIE**
Lebendige Stille – Kraft für die Seele
Monika Deitenbeck-Goseberg

1.00 **Einführung in die Bibel**
Der Anfang vom Ende (1)
Schlechte Zeiten lehren am meisten
Johannes Gerloff
Theologe & Nahost-Experte

2.00 **Bibel heute**
Daniel 2,1-23

4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 5,15-20

FREITAG, 23.04.

5.00 **ERF für SIE**
Lebendige Stille – Kraft für die Seele
Monika Deitenbeck-Goseberg

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Der Segen der Einheit (1)
Johannes Steinle

11.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

12.05 **Bibel heute**
Daniel 2,1-23

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (5)
Dr. med. Ute Horn

16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 5,15-20

17.00 **Glaube + Denken**
In Zeiten großer Krisen (6)
Gott spricht laut und leise
Michael Kotsch
Theologe & Autor

20.30 **ERF für SIE**
Wie Sie sich garantiert den Alltag ruinieren
Karin Ackermann-Stoletzky

17.00 Glaube + Denken
Gott spricht laut und leise. Oft erwarten wir ein großes Wunder um ihn zu erkennen. Doch wie nimmt Gott zu uns Kontakt auf?

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 5,15-20

23.30 **Dranbleiben**
7 Briefe aus dem Himmel (3): Sei kompromisslos treu!
Daniel Siemens
Theologe

1.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

2.00 **Bibel heute**
Daniel 2,24-49

4.00 **Andachtszeit**
Aufgepasst
Doris Oehlenschläger & Sabine Hohenberger
Referentinnen

SAMSTAG, 24.04.

5.00 **Dranbleiben**
7 Briefe aus dem Himmel (3): Sei kompromisslos treu!
Daniel Siemens

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **ERF für SIE**
Wie Sie sich garantiert den Alltag ruinieren - K. Ackermann-Stoletzky

9.00 **Kinderkiste-Radio Doppeldecker**

11.00 **Glaube + Denken**
In Zeiten großer Krisen (6)
Gott spricht laut und leise
Michael Kotsch

12.05 **Bibel heute:** Daniel 2,24-49

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (6)
Dr. med. Ute Horn

17.00 **Radiotreff**
Warum all das Leid? (1)
Dr. Christian Bensel

19.00 **Kinderkiste-Radio Doppeldecker**
Fünf Finger an der Hand

20.30 **Christsein Heute**
In der Seelsorge Gottes (8)
Das unerhörte Gebet
Heino Welscher

14.00 Thema des Monats
Wo bestimmt Angst unser Verhalten? Wer mit seinen Sorgen zu Gott kommt, den wird die Angst nicht länger fesseln.

22.00 **Andachtszeit**
Aufgepasst
Doris Oehlenschläger & Sabine Hohenberger

23.30 **Christsein Heute**
Christus heilt Beziehungen
Ulrich Parzany

1.00 **Gedanken zum Sonntag**
Vollkommen verändert
2. Korinther 5,17; Apostelgeschichte 12,1-17

2.00 **Bibel heute**
Psalm 67

3.00 **Gottesdienst**
Segen zum Mitnehmen

4.00 **Immer wieder sonntags**

SONNTAG, 25.04.

5.00 **Christsein Heute**
Christus heilt Beziehungen
Ulrich Parzany

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Immer wieder sonntags**

9.00 **Gedanken zum Sonntag**
Vollkommen verändert
2. Korinther 5,17; Apg. 12,1-17

10.00 **Bibel heute:** Psalm 67

11.00 **Gottesdienst**
Segen zum Mitnehmen

12.05 **Sonntagskonzert**

13.00 **Mittendrin**

15.00 **Gedanken zum Sonntag**
Vollkommen verändert
2. Korinther 5,17; Apg. 12,1-17

16.00 **Immer wieder sonntags**

17.00 **Andachtszeit**
Aufgepasst
Doris Oehlenschläger & Sabine Hohenberger

18.00 **Gottesdienst**
Segen zum Mitnehmen

20.30 **Christsein Heute**
Im Zweifel mit den Fragen zu Jesus (2)
Paul-Ludwig Böcking

9.00 Gedanken zum Sonntag
„Darum: Ist jemand in Christus, so ist er eine neue Kreatur; das Alte ist vergangen, siehe, Neues ist geworden."

22.00 **Oase**

23.30 **Christsein Heute**
Leere Moscheen und volle Hauskirchen
Shahram

1.00 **Glaube + Denken**
In Zeiten großer Krisen (6)
Gott spricht laut und leise
Michael Kotsch

2.00 **Bibel heute:** Daniel 3,1-30

3.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1)
Dr. med. Ute Horn

4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 5,20-30

Fotos: unsplash; pexels; lev dolgachov/Fotolia; pexels

ERF im Internet

Den ERF Südtirol mit allen Informationen, den Artikeln zum Monatsprogramm und vielen wertvollen Impulsen finden Sie im Internet unter

www.erf-tirol.com

Wenn Sie nicht in unserem UKW- oder Digitalradio-Sendegebiet wohnen, können Sie das 24-Stunden-Radioprogramm des ERF Südtirol auch über Internet hören. Den **Livestream** empfangen Sie über

www.erf-melodie.com

Alle lieferbaren Bücher, Kinderbücher, Hörbücher, Musik-CDs, DVDs, Poster, Ansichtskarten und Kalender und können Sie über die **ERF Buchhandlung BUCHGALERIE** bestellen.

Wenn Sie Bücher, Hörbücher oder Musik-CDs aus dem **ERF Verlag Südtirol** ansehen und bestellen möchten, können Sie das ebenfalls über den BUCHGALERIE-Shop.

www.buchgalerie.it

Das **ERF TV-Programm** wie auch weitere ERF Radioprogramme finden Sie im Internet unter

www.erf.de/tv

Auf Bibleserver finden Sie eine große Auswahl an Bibelübersetzungen mit praktischer Such- und Vergleichsfunktion:

www.bibleserver.com

Besuchen Sie uns im **Internet!**

MONTAG, 26.04.

5.00 **Christsein Heute**
Leere Moscheen und volle Hauskirchen - Shahram
6.00 **Mittendrin**
6.30 **Wort zum Tag**
7.00 **Mittendrin**
7.30 **Wort zum Tag**
8.00 **Christsein Heute**
Im Zweifel mit den Fragen zu Jesus (2) - Paul-Ludwig Böcking
10.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1)
Dr. med. Ute Horn
11.00 **Radiotreff**
Warum all das Leid? (1)
Dr. Christian Bensel
12.05 **Bibel heute:** Daniel 3,1-30
13.00 **Mittendrin**
16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 5,20-30
17.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (4)
Elisabeth Büchle
18.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1)
Dr. med. Ute Horn
20.30 **Dranbleiben**
7 Briefe aus dem Himmel (7)
Sei brennend für Gott
Daniel Siemens

8.00 Christsein Heute
Wenn plötzlich alles, an das man geglaubt hat, wegzubrechen droht, kann man mitten im Glauben plötzlich zweifeln.

22.00 **Durch die Bibel:** Epheser 5,20-30
23.30 **Christsein Heute**
In der Seelsorge Gottes (7)
Ist Gott ungerecht?
Heino Welscher
1.00 **Radiotreff**
Warum all das Leid? (1)
Dr. Christian Bensel
2.00 **Bibel heute**
Daniel 5,1-30
3.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (2)
Dr. med. Ute Horn
4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 5,31-33

DIENSTAG, 27.04.

5.00 **Christsein Heute**
In der Seelsorge Gottes (7): Ist Gott ungerecht? - Heino Welscher
6.00 **Mittendrin**
6.30 **Wort zum Tag**
7.00 **Mittendrin**
7.30 **Wort zum Tag**
8.00 **Dranbleiben**
7 Briefe aus dem Himmel (7)
Daniel Siemens
10.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (2)
Dr. med. Ute Horn
11.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (4)
Elisabeth Büchle
12.05 **Bibel heute:** Daniel 5,1-30
13.00 **Mittendrin**
16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 5,31-33
17.00 **Forum Familie**
Der schöpferische Sprung
Krisenmanagement für Singles
Katja von Armansperg
18.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (2)
Dr. med. Ute Horn
20.30 **Christsein Heute**
Keine Menschen zweiter Klasse
Claudia Schmidt & Ingrid Will

8.00 Dranbleiben
Die Gemeinde in Laodizea wird von Jesus wegen ihrer Lauheit ermahnt. Wie kann der Eifer für Gott wieder entzündet werden?

22.00 **Durch die Bibel:** Epheser 5,31-33
23.30 **Christsein Heute**
Radikale Liebe (4)
Wie viel sind wir bereit zu geben?
Rainer Harter
1.00 **Buch der Woche**
Im Herzen die Freiheit (4)
Elisabeth Büchle
2.00 **Bibel heute:** Daniel 6,1-29
3.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (3)
Dr. med. Ute Horn
4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 6,1-4

MITTWOCH, 28.04.

5.00 **Christsein Heute**
Radikale Liebe (4): Wie viel sind wir bereit zu geben? - R. Harter
6.00 **Mittendrin**
6.30 **Wort zum Tag**
7.00 **Mittendrin**
7.30 **Wort zum Tag**
8.00 **Christsein Heute**
Keine Menschen zweiter Klasse
Claudia Schmidt & Ingrid Will
10.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (3)
Dr. med. Ute Horn
11.00 **Forum Familie**
Der schöpferische Sprung
Krisenmanagement für Singles
Katja von Armansperg
12.05 **Bibel heute:** Daniel 6,1-29
13.00 **Mittendrin**
16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 6,1-4
17.00 **Einführung in die Bibel**
Der Anfang vom Ende (2)
Wie die Bibel verstanden werden will
Johannes Gerloff
18.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (3)
Dr. med. Ute Horn
20.30 **Christsein Heute**
Wozu bist Du da?
Udo Vach

10.00 Thema des Monats
Von Ärger, Wut und Zorn
Welche Strategien gibt es, Gefühle wie Ärger richtig einzuordnen und loszuwerden?

22.00 **Durch die Bibel:** Epheser 6,1-4
23.30 **Christsein Heute**
Zeugen sein – damit es der „Stadt" gut geht
Dr. Christian Brenner
1.00 **Forum Familie**
Der schöpferische Sprung
Krisenmanagement für Singles
Katja von Armansperg
2.00 **Bibel heute:** Daniel 7,1-15
3.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (4)
Dr. med. Ute Horn
4.00 **Durch die Bibel**
Epheser 6,5-9

Fotos: pexels (2); lev dolgachov/Fotolia

DONNERSTAG, 29.04.

5.00 **Christsein Heute**
Zeugen sein – damit es der „Stadt" gut geht
Dr. Christian Brenner

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Wozu bist Du da?
Udo Vach

10.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1)
Dr. med. Ute Horn

11.00 **Einführung in die Bibel**
Der Anfang vom Ende (2)
Wie die Bibel verstanden werden will
Johannes Gerloff

12.05 **Bibel heute:** Daniel 7,1-15

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel:** Epheser 6,5-9

17.00 **Fokus Jerusalem**

18.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (4)
Dr. med. Ute Horn

20.30 **Christsein Heute**
Der Segen der Einheit (2)
Johannes Steinle

8.00 Christsein Heute
Wozu ist der Mensch da? Hat sein Leben einen Sinn? Liegt der Sinn vielleicht darin, viel zu lernen? Eine Familie zu gründen? ...

22.00 **Durch die Bibel:** Epheser 6,5-9

23.30 **ERF für SIE**
Wie Sie sich garantiert den Alltag ruinieren
Karin Ackermann-Stoletzky

1.00 **Einführung in die Bibel**
Der Anfang vom Ende (2)
Wie die Bibel verstanden werden will
Johannes Gerloff

2.00 **Bibel heute:** Daniel 7,16-28

3.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (5)
Dr. med. Ute Horn

4.00 **Durch die Bibel:** Epheser 6,10-12

FREITAG, 30.04.

5.00 **ERF für SIE**
Wie Sie sich garantiert den Alltag ruinieren
Karin Ackermann-Stoletzky

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Der Segen der Einheit (2)
Johannes Steinle

10.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (1)
Dr. med. Ute Horn

11.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

12.05 **Bibel heute:** Daniel 7,16-28

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
Epheser 6,10-12

17.00 **Glaube + Denken**
Barmherzig sein!?
Stefanie Baltes

18.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (5)
Dr. med. Ute Horn

20.30 **ERF für SIE**
Gefangen im Netz!
Dr. Ute Zintarra

18.00 Thema des Monats
Wo bestimmt Angst unser Verhalten? Ängste haben eine Schutzfunktion, aber manchmal kann auch die Angst selbst zur Gefahr werden.

22.00 **Durch die Bibel**
Epheser 6,10-12

23.30 **Dranbleiben**
Die Gleichnisse Jesu (2)
Der kluge und der törichte Baumeister
Werner Burkhardt

1.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

2.00 **Bibel heute**
Daniel 8,1-13

3.00 **Thema des Monats**
Goldene Regeln für ein besseres Miteinander (6)
Dr. med. Ute Horn

4.00 **Andachtszeit**

ERF THEMA DES MONATS INTERVIEW

Goldene Regeln für ein besseres Miteinander

MIT UTE HORN

Dr. med. Ute Horn spricht in unserem Thema des Monats April über Kindererziehung, Ärger und Zorn und wie wir mit unseren Ängsten besser umgehen können. Wir haben der Referentin, Bestsellerautorin und siebenfachen Mutter dazu einige Fragen gestellt. Hier ihre Antworten.

Frau Dr. Horn, als Referentin sind Sie u. a. auch in Jugendgruppen unterwegs, um mit Teenagern über Themen wie Liebe, Beziehungen und Sexualität zu sprechen. Was ist Ihnen dabei besonders wichtig?

Folgende Herzensanliegen habe ich für die nun aufwachsende Generation: Benutze keine Menschen, sondern achte sie als Geschenke an dich. Behandele Menschen so, wie du gerne behandelt werden möchtest. Lerne dich selbst gut kennen und entwickele Fähigkeiten, die für Beziehungen wichtig sind. Du bist auch wertvoll ohne Partner. Lebe dein Leben nicht in einer Warteschleife, sondern genieße die vielen Möglichkeiten, die sich dir bieten, wenn du noch alleine bist.

Warum sind Ihnen diese Themen und insbesondere junge Menschen so wichtig?

Junge Menschen haben so viele Fragen, sind so neugierig aufs Leben, möchten Antworten auf die zentralen Fragen des Lebens bekommen. Woran erkennt man wahre Liebe, gibt es das überhaupt, sollte man mit dem Ausleben der Sexualität warten, wenn ja wie lange? Ich habe sieben Kinder ins Leben begleitet, mit sehr vielen gesprochen, und weiß, wie gut es tut, ernst genommen zu werden, mit jemand reden zu können und gute Informationen zu bekommen.

Eines ihrer Bücher trägt den Titel „Meine Krise – Gottes Chance". Gab es so eine einschneidende Krise, die Gott in eine Chance verwandelt hat, auch in ihrem Leben?

Mit 27 Jahren kam ich von jetzt auf gleich mit einer Herzmuskelentzündung auf die Intensivstation. Ich hatte zwei Jahre zuvor geheiratet und arbeitete seit einem Jahr selbst als Ärztin. Das war eine lebensbedrohende Erkrankung und brachte unsere Pläne (Doppelarztpraxis, 2 Kinder) zum Einsturz. Es war aber auch Gottes Chance, da wir ihn baten, sich unsrer anzunehmen und wir ihn zum Regisseur unseres Lebens machten.

Geben Sie unseren Hörern einen Hinweis, warum Sie unser Thema des Monats mit Ihnen als Referentin hören sollten.

Kinder stark machen und von ihnen lernen – das war mein tiefer Wunsch. Aber was tun, wenn Kinder uns den Schlaf rauben, ungehorsam sind und nicht mit zum Spaziergang wollen? Wie gehe ich mit meinen Ängsten um? Existenzängste, die Angst Witwe zu werden, oder Angst, dass meine Teenager auf die schiefe Bahn geraten? Schauen Sie gemeinsam mit mir in den Spiegel und erkennen Sie in meinen Erfahrungsberichten, was Ihnen in Ihrer Situation gut tun würde. Wer Veränderung will, sucht Wege, wer keine will, sucht Gründe. Mögen Sie viele neue Wege durch das Gehörte finden.

Wir bedanken uns für die Beantwortung der Fragen.

Fotos: pexels; lev dolgachov/Fotolia; Sven Lorenz, Essen

Do 01.04.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
23.30 MenschGott!
Volksmusikstar mit Angstzuständen
Thomas „Rups" Unger ist ein Volksmusikstar. Doch auf der Bühne hat er Angstzustände.

Sa 03.04.

0.30 Dokumentation
Fanny Crosby: Der erstaunliche Erfolg einer blinden Poetin (2/2)
4.45 MenschGott
Volksmusikstar mit Angstzuständen
Thomas „Rups" Unger ist ein Volksmusikstar. Doch auf der Bühne hat er Angstzustände.
19.30 Gott sei Dank Magazin
Malte Detje ist „im Zweifel für Gott". Aber warum? Dem fühlen wir auf den Zahn.

So 04.04.

4.45 Gott sei Dank Magazin
Malte Detje ist „im Zweifel für Gott". Aber warum? Dem fühlen wir auf den Zahn.
7.45 ERF Gottesdienst
aus der Freien ev. Gemeinde in Bamberg
mit Dietmar Kress
11.30 ERF Gottesdienst
Ostergottesdienst aus Wetzlar
mit Jörg Dechert
21.15 ERF Dokumentation
Die Tragödie, die zum Triumph wurde Joni and Friends
Durch einen Unfall stirbt ein Kind der Familie Sleight, zwei sind querschnittsgelähmt.
21.45 Gott sei Dank Magazin
Malte Detje ist „im Zweifel für Gott". Aber warum? Dem fühlen wir auf den Zahn.
22.15 MenschGott!
„Ich war unberechenbar"
Als sein Leben im Chaos versinkt, stellt Sebastian Banzhaf Gott ein Ultimatum.

Do 08.04.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
23.30 MenschGott!
„Ich war unberechenbar"
Als sein Leben im Chaos versinkt, stellt Sebastian Banzhaf Gott ein Ultimatum.

Sa 10.04.

0.30 Dokumentation
Die Tragödie, die zum Triumph wurde Joni and Friends
Durch einen Unfall stirbt ein Kind der Familie Sleight, zwei sind querschnittsgelähmt.
4.45 MenschGott
„Ich war unberechenbar"
Als sein Leben im Chaos versinkt, stellt Sebastian Banzhaf Gott ein Ultimatum.
19.30 Gott sei Dank Magazin
Das Magazin zeigt, was dabei herauskommt, wenn Menschen ihren Glauben leben.

So 11.04.

4.45 Gott sei Dank Magazin
Das Magazin zeigt, was dabei herauskommt, wenn Menschen ihren Glauben leben.
7.45 ERF Gottesdienst
Ostergottesdienst aus Wetzlar
mit Jörg Dechert
11.30 ERF Gottesdienst
aus der ev. Stephanuskirche in Walheim
mit Christian Lehmann
21.15 ERF Dokumentation
Dein dich liebender Oheim, Screwtape (1/2)
21.45 Gott sei Dank Magazin
Das Magazin zeigt, was dabei herauskommt, wenn Menschen ihren Glauben leben.
22.15 MenschGott!
Von Ängsten geplagt
Schon als Kind leidet Ulrich Lautenschlager unter Ängsten und Depressionen.

Sendungen von ERF Medien im Überblick

BEI BIBEL TV

ERF Gottesdienst	So. 11.30	So. 7.45 (Wh)	
Gott sei Dank	Sa. 19.30	So. 4.45 (Wh)	So. 21.45 (Wh)
ERF Dokumentation	So. 21.15	Sa. 0.30 (Wh)	
Mensch, Gott!	So. 22.15	Do. 23.30 (Wh)	Sa. 4.45 (Wh)
SchlafSchaf.TV	Mo. - Fr. 13.55		

Do 15.04.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
23.30 MenschGott!
Von Ängsten geplagt
Schon als Kind leidet Ulrich Lautenschlager unter Ängsten und Depressionen.

Sa 17.04.

0.30 Dokumentation
Dein dich liebender Oheim, Screwtape (1/2)
4.45 MenschGott
Von Ängsten geplagt
Schon als Kind leidet Ulrich Lautenschlager unter Ängsten und Depressionen.
19.30 Gott sei Dank Magazin
Lange ist die Panik ständiger Begleiter von Martin Dreyer – bis Gott ihm die Angst nahm.

So 18.04.

4.45 Gott sei Dank Magazin
Lange ist die Panik ständiger Begleiter von Martin Dreyer – bis Gott ihm die Angst nahm.
7.45 ERF Gottesdienst
aus der ev. Stephanuskirche in Walheim
mit Christian Lehmann
11.30 ERF Gottesdienst
aus der Freien ev. Gemeinde in Mainz
mit Thomas Acker
21.15 ERF Dokumentation
Dein dich liebender Oheim, Screwtape (2/2)
21.45 Gott sei Dank Magazin
Lange ist die Panik ständiger Begleiter von Martin Dreyer – bis Gott ihm die Angst nahm.
22.15 MenschGott!
Sinnsuche im Sozialismus
Im Sozialismus der DDR findet Frank Damm keinen Sinn. Da entdeckt er ein besonderes Buch.

Do 22.04.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
23.30 MenschGott!
Sinnsuche im Sozialismus
Im Sozialismus der DDR findet Frank Damm keinen Sinn. Da entdeckt er ein besonderes Buch.

Sa 24.04.

0.30 Dokumentation
Dein dich liebender Oheim, Screwtape (2/2)
4.45 MenschGott
Sinnsuche im Sozialismus
Im Sozialismus der DDR findet Frank Damm keinen Sinn. Da entdeckt er ein besonderes Buch.
19.30 Gott sei Dank Magazin
Das Magazin zeigt, was dabei herauskommt, wenn Menschen ihren Glauben leben.

So 25.04.

4.45 Gott sei Dank Magazin
Das Magazin zeigt, was dabei herauskommt, wenn Menschen ihren Glauben leben.
7.45 ERF Gottesdienst
aus der Freien ev. Gemeinde in Mainz
mit Thomas Acker
11.30 ERF Gottesdienst
aus der ev. Gemeinschaft Bodenhausen in München
mit Siegfried Winkler
21.15 ERF Dokumentation
Wage das Leben trotzdem
Joni and Friends
21.45 Gott sei Dank Magazin
Das Magazin zeigt, was dabei herauskommt, wenn Menschen ihren Glauben leben.
22.15 MenschGott!
Durch Ängste fast verhungert
Alkohol und Panikattacken haben Manuel Richter im Griff. Gott ist seine letzte Hoffnung.

Do 29.04.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
23.30 MenschGott!
Durch Ängste fast verhungert
Alkohol und Panikattacken haben Manuel Richter im Griff. Gott ist seine letzte Hoffnung.

Fotos: Lehmann/ERF (2); pexels

KURSE, DIE IM GLAUBEN WEITERBRINGEN

Glauben praktisch

mehr Kurse gibt's online

Welche Vorstellungen haben Sie von Gott und dem praktischen Leben als Christ? Unsere Online-Kurse helfen Ihnen, anhand eines Bibelstudiums mit Anleitung und konkreten Impulsen, diese Vorstellungen und Überzeugungen zu überprüfen – und vielleicht auch zu korrigieren. Die Anmeldung erfolgt unter **www.erf.de/workshops** und ist bis einen Tag vor Kurs-Beginn möglich. Dort finden Sie auch weitere Informationen zum Inhalt und Ablauf der Kurse.

April
14

Bibel heute: Titus
Zum Christsein gehört mehr, als an Gott zu glauben und zum Gottesdienst zu gehen. Zum Beispiel praktische Nächstenliebe. Lassen Sie mit diesem Kurs Worten Taten folgen.

Umfang: 4 Einheiten
Intervall: jeden zweiten Tage

April
28

Das Johannesevangelium
Das Evangelium von Johannes beschreibt Jesus auf einzigartige Weise. Dieser Kurs hilft Ihnen mit vielen Hintergründen und Anregungen, diesen Schatz zu heben.

Umfang: 12 Einheiten
Intervall: wöchentlich

Bestellkarte

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon E-Mail

DATENSCHUTZHINWEIS

Der Einwilligende versichert, damit einverstanden zu sein, dass die Stiftung ERF Medien Südtirol die oben angegebenen Daten speichert.
☐ Ja, Kontakt auch per Telefon ☐ Ja, Kontakt auch per E-Mail
Wir nutzen diese nur intern im gesetzlich vorgeschriebenen Rahmen zur Kontakt- oder Informationsabwicklung mit Ihnen.
Ihre Zusage können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.

Datum Unterschrift

Bitte ausschneiden und einsenden an: **ERF Südtirol**, Postfach 149, I-39012 Meran, oder per E-Mail: service@erf-tirol.com

☐ **JA, bitte schicken Sie mir zukünftig das ERF JOURNAL kostenlos zu.**

ERF MENSCHGOTT

ERF MENSCH GOTT |

ZWEITE CHANCE FÜR DIE LIEBE „ICH HEIRATETE MEINEN EX-MANN“

An ihrer Hochzeit ist Stefan der Traumprinz für Monica. Doch ihre ersten Ehemonate verlaufen ganz anders, als sie sich das vorgestellt hatte.

Schnell geraten die beiden vorher noch so Verliebten in einen Teufelskreis aus Nörgelei, Ablehnung und Streit. Schließlich sucht Monica Trost in einer außerehelichen Affäre. Schon nach einem Jahr ist alles aus – die beiden lassen sich scheiden. Die große Liebe - aus und vorbei? Weit gefehlt: Denn für Gott ist nichts unmöglich.

ERF MENSCHGOTT

ERF MENSCH GOTT |

UNFASSBARE LIEBE – FREMDGEHEN VERGEBEN, BEZIEHUNG GERETTET, HEILUNG ERLEBT

Sie geht fremd - und weiß selbst nicht warum. Antschana Schnarr ist glücklich verheiratet, aber trotzdem ist in ihr eine abgrundtiefe Leere.

Ihre Unzufriedenheit versucht sie durch die Seitensprünge zu füllen. Vergeblich. Die Situation Zuhause wird immer unerträglicher. Auf verschiedenen Wegen versucht Antschana das Problem selbst zu lösen, doch daran scheitert sie immer wieder. Bis sie kapituliert – und Gott ihre festgefahrene Situation anvertraut.

ERF Videothek

Wertvolles zum Ansehen unter www.erf-melodie.com

ERF MENSCHGOTT

ERF MENSCH GOTT |

„ICH HASSTE MEINE MUTTER“

Philip Müller ist wütend auf seine Mutter. Sie hat sich von seinem Vater scheiden lassen, wollte einen Neuanfang.

Dass er mit ihr wegziehen muss und seinen Vater nur noch selten sieht, kann er ihr nicht verzeihen. Sein Hass ist so groß, dass er ihr jahrelang kaum in die Augen schauen kann. Als er beginnt, sich mit der Situation zu arrangieren, passiert etwas völlig Unerwartetes: Seine Eltern versöhnen sich und heiraten zum zweiten Mal! Doch statt glücklich zu sein, steht Philips Welt jetzt erst recht Kopf. Seine Mutter ist sich sicher: Nur Gott kann ihren Sohn verändern.

FENSTER ZUM SONNTAG

FENSTER ZUM SONNTAG |

AUF DEN SPUREN DER VÄTER

Väter hinterlassen Spuren. Ob sie nun liebevoll und präsent ihre Rolle ausfüllen, oder autoritär und missbräuchlich.

Väter prägen das Leben ihrer Kinder. Sogar ein abwesender Vater bleibt nicht ohne Wirkung. Aber eine Lage ist niemals hoffnungslos – kaputte Beziehungen können heilen und gesunde Beziehungen können gepflegt und aufgebaut werden, wenn man es richtig angeht. Wir begleiten verschiedene Menschen auf den Spuren ihrer Väter.

Die TV-Reihe „FENSTER ZUM SONNTAG“ wird gemeinsam von Alphavision (Magazin) und ERF Medien Schweiz (Talk) produziert.

FENSTER ZUM SONNTAG

Fotos: Michaela Urschitz; ERF-Archiv

Bücher zum **Thema des Monats**

Claudia & David Arp

Mit dem Kopf durch die Wand

Geb., 240 Seiten
ISBN 9783765507311
Verlag Brunnen
EUR 18,70

Kindererziehung ist immer eine Herausforderung. Aber manche Kinder fordern ihre Eltern in besonderer Weise: temperamentvolle, willensstarke kleine Energiebündel, die immer „mit dem Kopf durch die Wand" wollen. Wie können Sie als Vater oder Mutter Ihr gefühlsstarkes Kind begleiten, ohne permanent über Ihre eigenen Kräfte zu gehen?

Claudia & David Arp

Und plötzlich sind sie 13

Geb., 272 Seiten
ISBN 9783765518584
Verlag Brunnen
EUR 18,70

Jugendliche zwischen 13 und 16 sind ausgeglichen wie ein Jojo und zugänglich wie ein Kaktus, sie hausen in einem Chaoszimmer und tauchen nur auf, um etwas Essbares hinunterzuschlingen und die Familie anzuknurren... Lernen Sie, die Teenagerzeit für sich und Ihre Kinder bewusst zu gestalten: durch Hinsehen, Unterscheiden, Loslassen, Entspannen ...

Kevin Leman

Die Rebellen bändigen

Pb., 304 Seiten
ISBN 9783868275520
Verlag Francke
EUR 16,40

In seiner humorvollen Weise bietet Dr. Leman Hoffnung und praxisnahe, durchführbare Strategien an, mit denen Sie zu den Eltern werden können, die Sie immer sein wollten. Extrateil „Fragen Sie Dr. Leman": Wirkungsvolle Ratschläge über Themen für Eltern, einschließlich des Kampfes um die Schlafenszeit, Lügen, streitsüchtigen Verhaltens, Rivalität unter Geschwistern u.v.m.

Reinhold Ruthe

Wie gehen wir mit unseren Empfindungen um?

Hörbuch, ca. 240 Min.
Art-Nr. X312018183
Verlag ERF Südtirol
EUR 9,95

Gefühle haben ihre Wurzeln in der Kindheit und in persönlichen Lebenseinstellungen. Aber niemand muss in dem bleiben, was er in seiner Herkunftsfamilie gelernt hat. Dieses Hörbuch ist voll Orientierungshilfen, mit unseren Gefühlen richtig umzugehen. Anhand biblischer Maßstäbe können wir lernen, Gefühle sinnvoll einzuordnen und zu bewältigen.

Reinhold Ruthe

Spielregeln in Ehe und Familie

Hörbuch, ca. 240 Min.
ISBN 9783501507100
Verlag ERF Südtirol
EUR 9,95

Vier Fachvorträge von Reinhold Ruthe zu folgenden Themen:

Spielregeln in Ehe und Familie
Kommunikation in der Familie
Liebende leben von der Vergebung
So stell ich mir dir Liebe vor
(je 30-60 Minuten)

Reinhold Ruthe

Konflikte lösen

Hörbuch, ca. 240 Min.
ISBN 9783501507094
Verlag ERF Südtirol
EUR 10,00

Vier Fachvorträge von Reinhold Ruthe zu folgenden Themen:

Wir lösen unsere Familienprobleme selbst
Wenn die Organe schreien
Wie geht der Mensch mit Problemen um?
Meine Persönlichkeit vor Gott
(je 30-60 Minuten)

Reinhold Ruthe

Duett statt Duell

Pb., 196 Seiten
ISBN 9783895629488
Verlag ERF Südtirol
EUR 10,90

Welches Paar möchte nicht eine gute Ehe führen? Die Wirklichkeit sieht leider anders aus. Viele Ehepaare wissen nicht, wie sie mit ihren Problemen umgehen sollen. So manchem ist auch die Unterschiedlichkeit von Mann und Frau noch immer ein großes Geheimnis. Was aber hilft, wenn Reden allein nicht mehr hilft?

Reinhold Ruthe

Konsequenz in der Erziehung

Pb., 200 Seiten
Art-Nr. 9783895629945
Verlag ERF Südtirol
EUR 10,95

Erziehen ist in unserer Zeit schwieriger geworden. Konsequenz in der Erziehung erst recht. Von einer guten Erziehung aber hängt nach wie vor sehr viel ab. Deshalb stellt sich die Frage, wie wir unseren Kindern eine gute Erziehung garantieren können, ohne an unseren Erziehungsaufgaben zu verzweifeln? Die Antwort darauf gibt dieses Buch.

Claudia Filker & Hanna Schott

Talk-Box Vol.9 - Leben mit Kindern

120 Karten
ISBN 9783761562338
Neukirchener Verlag
EUR 17,60

Familie – kaum etwas ist schöner, kaum etwas ist anstrengender. Sie macht uns reich, strapaziert unsere Nerven und versöhnt uns durch einen einzigen Kuss. Talk-Box Vol. 9 bringt all diese Facetten zum Vorschein. 120 Gesprächsimpulse lassen Kinder und Erwachsene zu Wort kommen, sorgen für Überraschungen, Einblicke, Verständnis, Staunen. Ein Spiel für Kinder, Eltern, Großeltern, Tanten, ...

25 Jahre
BUCHGALERIE
Lauben 315 · I-39012 Meran
Tel. (+39) 0473 237 997 www.buchgalerie.it