



auszeithaus
oberschwaben



Foto: Piber / Auszeithaus Oberschwaben mit Sr. Maria-Hanna Löhlein und Monika Braun

Jahresbericht 2010

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|-----------|
| Die erschöpfte Seele | 3 |
| Rückblick 2010..... | 4 |
| Statistik 2010 | 5 |
| Neugestaltung des Gesprächsraumes..... | 7 |
| Neue Perspektiven entwickeln..... | 8 |
| Zwei Auszeitgäste erzählen | 8 |
| Aus dem Gästebuch..... | 11 |
| Öffentlichkeits- und Pressearbeit..... | 12 |
| Dank..... | 13 |

Die erschöpfte Seele

Die Gründe warum sich jemand im Auszeithaus Oberschwaben anmeldet, sind sehr unterschiedlich. Blättert man die Anmeldebögen durch, so findet sich unter der Frage, was der Auslöser für das Interesse an einer Auszeit sei, häufig Begründungen in Erschöpfung, Ausgebrannt-Sein und sogar den Begriff Burn-out.

Das Auszeithaus ist kein Ort der Krankenbehandlung oder Therapieersatz. Es möchte aber Frauen und Männern eine Atempause im Alltag gönnen, um ein innerliches Ausbrennen rechtzeitig zu verhindern. Daher ist es sehr hilfreich in dem obligatorischen Vorgespräch zu einer längeren Auszeit das Erleben von Burn-out genauer zu bestimmen.

Was also ist Burn-out? Zumindest ein Wort in aller Munde, aber noch lange keine Diagnose. Im klinisch psychotherapeutischen Sinne ähneln die Symptome häufig einer mittelgradigen oder schweren Depression und dann geht wirklich „nichts mehr“. Da kommt auch ein Auszeithaus zu spät und im Vorgespräch muss nach einer passenden und hilfreichen medizinischen und therapeutischen Behandlung gesucht werden.

Nach einer Definition von Joachim Bauer handelt es sich beim "Burn-out- Syndrom" um einen „andauernden und schweren Erschöpfungszustand mit sowohl seelischen als auch körperlichen Beschwerden. Die Betroffenen fühlen sich erschöpft und leer, sie sehen den Sinn und Nutzen ihrer eigenen Arbeit nicht mehr und haben den Glauben an sich selbst verloren. Besonders fatal ist der Verlust der persönlichen Wertschätzung sich selbst und anderen gegenüber“.

Inzwischen handelt es sich beim Burn-out um ein reichlich komplexes Beschwerde- bzw. Leidensbild, das immer mehr Betroffene belastet, vor allem Personen in therapeutischen und erzieherischen Berufen, wo ständig und ohne Unterbrechung eine helfende Haltung anderen Menschen gegenüber gefordert ist, wie z.B. bei Pflegekräften, Ärzten, Lehrer und pflegenden Angehörigen.

Wer dauernd mehr gibt als er nimmt, ist früher oder später am Ende. Der häufige Blick auf die Uhr, Mühe bei der Zuwendung, dann Langeweile und Verzagtheit, schließlich Zynismus und Leere sind Symptome für das allmähliche Ausbrennen derer, die gelernt haben, besser für andere zu sorgen als für sich selbst. Erschöpfung und psychosomatische Symptome sind untrügliche Zeichen, dass das Fleisch zu schwach wird für einen zu willigen Geist.

Es gehört zum Menschsein, dass wir schon früh in unserer Sozialisation lernen, je nach Anpassungsdruck einerseits und Angebot an Vorbildern andererseits, die Selbstwahrnehmung durch ein Selbstbild zu ersetzen, eine Persönlichkeit zu werden, die etwas darstellt, uns mit unserem Image zu identifizieren, uns dadurch selbst fremd und von der Bestätigung durch Andere abhängig zu werden.

Doch hinter jeder Maske gibt es ein Gesicht, hinter jedem Erleben von Erschöpfung ein noch nicht wahrgenommenes Bedürfnis, das gehört werden will.

Raum und Zeit zu haben, um der „erschöpften Seele“ wieder Luft zum Atmen zu geben, braucht eine Kultur des Innehaltens im Alltag und ab und an mehrere Tage des „Nicht-Tun“, um wieder „zu sich zu kommen“ – rechtzeitig und frühzeitig, bevor der Arzt oder Psychotherapeut die Diagnose Burn-out stellt.

Dr. Gabriela Piber

Rückblick 2010

Wir blicken auf ein sehr zufriedenstellendes und segensreiches Jahr 2010 zurück. Das Auszeithaus ist dabei sich weiter in der Region Oberschwaben und darüberhinaus zu etablieren. Bis auf drei Wochen Klosterurlaub bestand das ganze Jahr über die Möglichkeit einer regulären Auszeit von einer bis drei Wochen. Diese Auszeitwochen wurde von einem gut ausgebildeten Fachteam begleitet, das seine Arbeit auf Honorarbasis in der Regel für acht bis zehn Wochen im Jahr zur Verfügung stellt.

Wir danken ganz herzlich unserem Team für die geleistete Arbeit in diesem Jahr, die mit viel Einsatz, Empathie, Fürsorge und Wertschätzung verbunden war und ist:

| | |
|---------------------------|--|
| Sr. M. Birgitta Harsch | Franziskanerin von Reute, 1. Ansprechpartnerin im Auszeithaus |
| Sr. Siegfrieda Klimmer | Franziskanerin von Reute, Ansprechpartnerin im Auszeithaus |
| Sr. Rigoberta Breuter | Franziskanerin von Reute, Ansprechpartnerin im Auszeithaus |
| Sr. Maria-Hanna Löhlein | Franziskanerin von Reute, Geistliche Begleitung |
| Barbara Ruthardt-Horneber | Diplompädagogin, Sozialtherapeutin, Begleitende Gespräche |
| Hans-Dieter Schäfer | Ev. Theologe, Krankenhausseelsorger, Begleitende Gespräche |
| Monika Braun | Dipl. Soz. päd. (FH), Familientherapeutin, Begleitende Gespräche |
| Otto Braun | Kath. Theologe, Familientherapeut, Begleitende Gespräche |
| Dr. Gabriela Piber | Kath. Theologin, Psychotherapeutin, Leiterin des Auszeithaus |
| Martha Bentele | Sekretariat, Anmeldung und Information |
| Christiane Liptak | Kunst- und Maltherapie |
| Karina Sparn | Bioenergetische Massage |

Herrn Dr. Rainer Öhlschläger dankt das Auszeithaus für fünf engagierte Jahre als Sprecher der Trägerkonferenz. Auf eigenen Wunsch hat er als Vorstand der TelefonSeelsorge sein Amt nicht weiter verlängert und ist somit auch aus der Trägerkonferenz des Auszeithauses ausgeschieden. Ihm folgt als Sprecher der neue Vorsitzende der TelefonSeelsorge Herr Codekan Ulrich Lange, der schon seit einigen Jahren Mitglied in der Trägerkonferenz ist. Wir freuen uns sehr über seine Bereitschaft dieses Amt zu übernehmen und sind uns einer guten Zusammenarbeit gewiss.

Im Jahr 2010 haben insgesamt 145 Gäste das Angebot des Auszeithauses wahrgenommen.

Die Personenanzahl ist im Vergleich zum Vorjahr vordergründig gesunken und hat sich dem Niveau von 2008 angeglichen. Dies ist jedoch eine Konsequenz unserer Planung, die verstärkt auf Qualität in den Begleitungen setzt (2009: 171 Gäste; 2008: 148 Gäste). Es wurde daher an der Quantität gespart indem ein Schnupperwochenende weniger angeboten wurde und das Auszeitwochenende für Paare in diesem Jahr nicht ausgeschrieben wurde. Aus der Erfahrung des letzten Jahres hat sich gezeigt, dass das Angebot für Paare einer Neukonzeption bedarf und es dafür Zeit des Überarbeitens braucht.

Bei den Anmeldungen in der Geschäftsstelle war das Jahr 2010 durch eine gewisse gleich bleibende Kontinuität von Anfragen gekennzeichnet. Nach nun acht Jahren des Bestehens hat sich der Bekanntheitsgrad des Hauses ein gutes Stück gefestigt. Immer noch kommen die Anmeldung in der Regel kurzfristig, zwei bis drei Wochen vor dem Beginn einer Auszeit, was eine gute und schnelle Bearbeitung erforderlich macht. Diese ist durch Frau Martha Bentele jeweils montags zwischen 12.30 und 14.30 Uhr im Sekretariat der Geschäftsstelle des Auszeithauses gewährleistet.

Auffallend war, dass in diesem Jahr immerhin vier Personen eine dreiwöchige Auszeit genommen haben und alle vier im Monat Dezember. Eine Erklärung ist dafür nicht wirklich zu finden.

Drei verschiedene Formen der Auszeit konnten dieses Jahr wieder angeboten werden: die reguläre Auszeit, einzelne Schnupperwochenenden und thematische Auszeiten.

Statistik 2010

a) Reguläre Auszeit

Die reguläre Auszeit von einer, zwei oder drei Wochen (jeweils von Freitag 17.30 Uhr bis Freitag nach dem Mittagessen) haben 85 Gäste (2009: 98 Gäste) wahrgenommen. Dank des Sponsorings der begleitenden Gespräche durch die Firma CHG-MERIDIAN konnten die Kosten pro Tag mit € 53,-- weiterhin sozialverträglich gehalten werden.

Im Preis inbegriffen sind: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung mit einem Vorgespräch, sowie zwei begleitenden Gesprächen während der Auszeit, Einführung in die Stille, vertiefte Wahrnehmungsübungen, Präsenzzeiten und wenn gewünscht ein Nachgespräch.

Massage (€ 24,--) und Maltherapie (€ 34,--) kann auf Anfrage zusätzlich gebucht werden.

- Eine **Gesichts- und/oder Rückenmassage** bei Karina Sparn haben 2010: 56 Gäste in Anspruch genommen (2009: 56 Gäste; 2008: 51 Gäste). Die Zahl ist im Vergleich zum Vorjahr gleich geblieben.
- Die **Maltherapie** bei Christiane Liptak haben im vergangenen Jahr 27 Gäste (2009: 18 Gäste, 2008: 32 Gäste) in Anspruch genommen.
- 24 Gäste wünschten ein **Nachgespräch** (2009: 18 Gäste; 2008: 44 Gäste).
- 4 Gäste erhielten auf Grund ihrer schwierigen finanziellen Situation eine **Ermäßigung** zwischen € 5,-- und € 15,-- pro Tag (2009: 5 Gäste; 2008: 2 Gäste).

b) Schnupperwochenenden

An fünf Wochenenden haben 22 Gäste (2009: 27 Gäste mit 6 WE) einen Geschmack von Auszeit bekommen. Das Auszeithaus-Team bot den Gästen eine verkürzte Form der Begleitung an. Die Gäste erhielten eine Einführung in die Stille, ein begleitendes Gespräch und hatten die Möglichkeit, das Umfeld mit dem Angebot des Klosters kennen zu lernen. Die Schnupperwochenenden sind sehr beliebt, sodass es immer wieder notwendig wurde Wartelisten zu erstellen.

c) Thematische Auszeiten

- **Auszeitwoche „Exerzitien – Menschsein wagen – Auf dem Weg zum Selbst“** von Montag 21.06. bis Freitag 25.06.2010 mit Alfons Mayer und Dr. Gabriela Piber. Es fanden sich 15 Personen, um sich eine Woche Auszeit in Stille und Bewegung zu gönnen. Im Zentrum stand das Gewahrwerden des gegenwärtigen Moments, das uns in eine zeit-lose Gegenwart führt.
- **Auszeitwochenende im Labyrinth - Meiner Lebensspur folgen**
17 Personen nahmen von Fr. 23.07. bis So. 25.07.2010 unter der Leitung von Frau Dr. Gabriela Piber und Sr. Maria-Hanna an diesem thematischen Auszeitwochenende teil.
- **Auszeitwochenende für Männer**
6 Personen nahmen von Fr. 05.02. bis So. 07.02.2010 unter der Leitung von Otto Braun und Pfr. Hans-Dieter Schäfer am Auszeitwochenende für Männer teil. Diese Gruppe war von der Anzahl klein, dennoch wurde deutlich, dass ein geschlechtsspezifisches Angebot gerade für Männer sehr hilfreich und unterstützend wirkt. Dieses Angebot soll im kommenden Jahr wiederholt werden.

Gesamtstatistik im Überblick 2010

| Statistik 2010 | Jan | Feb | März | April | Mai | Juni | Juli | Aug | Sep | Okt | Nov | Dez |
|-----------------------|-----|-----|------|-------|-----|------|------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Reguläre Auszeit | 6 | 7 | 9 | 6 | 8 | 6 | 7 | 13 | 2 | 12 | 6 | 3 |
| Schnupperwochenende | | | | 6 | | 6 | | | 2 | 6 | 2 | |
| Thematische Auszeiten | | 6 | | | | 15 | 17 | | | | | |

Vergleichsstatistik des Vorjahres 2009

| Statistik 2009 | Jan | Feb | März | April | Mai | Juni | Juli | Aug | Sep | Okt | Nov | Dez |
|-----------------------|-----|-----|------|-------|-----|------|------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Reguläre Auszeit | 7 | 8 | 5 | 10 | 7 | 9 | 9 | 11 | 11 | 11 | 5 | 5 |
| Schnupperwochenende | | 5 | 1 | | 3 | 5 | | 6 | | | 7 | |
| Thematische Auszeiten | | | | | 6 | 13 | 23 | | | 4 | | |

Die Zahlen schlüsseln sich auf in

2010

| | |
|-----------------------|----------|
| 1 Woche Auszeit | 74 Gäste |
| 2 Wochen Auszeit | 7 Gäste |
| 3 Wochen Auszeit | 4 Gäste |
| Schnupperwochenenden | 22 Gäste |
| Thematische Auszeiten | 38 Gäste |

Vergleichsstatistik der Vorjahre 2009/2008

2009

2008

| | | |
|-----------------------|----------|----------|
| 1 Woche Auszeit | 86 Gäste | 78 Gäste |
| 2 Wochen Auszeit | 8 Gäste | 11 Gäste |
| 3 Wochen Auszeit | 0 Gäste | 4 Gäste |
| Schnupperwochenenden | 27 Gäste | 25 Gäste |
| Thematische Auszeiten | 46 Gäste | 34 Gäste |

Neugestaltung des Gesprächsraumes

Nach der Neugestaltung des Gartens und der Renovierung der Kellerräume wurde mit Hilfe unserer Kunsttherapeutin Christiane Liptak in diesem Jahr der Gesprächsraum im Dachgeschoß neu eingerichtet und gestaltet.



Foto: Piber/ Ursprünglicher Gesprächsraum

Der Raum bekam neben neuen hellen Vorhängen eine bequeme Sitzecke und wurde neu gestaltet. Wir danken Frau Liptak für ihre liebevolle, sorgfältige und schöne Neugestaltung des Gesprächsraumes, der nun eine noch wohnlichere und entspanntere Atmosphäre ausstrahlt.



Foto: Liptak/ Neuer Gesprächsraum

Dank des Engagements von Sr. Birgitta bekam der Treppenaufgang und das erweiterte Wohnzimmer passende Vorhänge, die in lichtem Orange gehalten sind und die Räume in noch hellerem Licht erstrahlen lassen.

Neue Perspektiven entwickeln

Nennen wir den Gast im Auszeithaus „Uwe“. Voll engagiert in seinem Beruf als Schulsozialarbeiter, noch etliche Jahre entfernt von der so genannten Midlife-Krise, will er innehalten, Station machen im Auszeithaus.

Die Aussicht, nach der Auszeit das Leben einfach fortzuführen wie bisher, bekommt erste Risse. Uwe kommt nach einem Jahr zu einer zweiten Auszeit.

Die Sehnsucht, dem Leben eine neue Richtung zu geben, lässt sich nicht mehr verdrängen. Und dann drei Monate nach der zweiten Auszeit schreibt er eine E-Mail. Unter der Überschrift des Psalms 25: „Herr zeige mir deine Wege und lehre mich deine Steige“:
„ Wenn mir vor einiger Zeit jemand gesagt hätte, dass ich heute auf dem Weg in die Demokratische Republik Kongo bin, hätte ich mir ernsthafte Gedanken um seinen geistigen Zustand gemacht.“

Und nun arbeitet Uwe über die Organisation „ Christliche Fachkräfte International- Gottes Liebe weltweit“ in einem Projekt der sozialen Jugendarbeit eines sozialen Brennpunktes im Kongo, unter für uns unvorstellbar ärmlichen Bedingungen.

Eine große Herausforderung. Der Horizont hat sich geweitet, neue Perspektiven haben sich eröffnet.

Nicht als ob jetzt alle Fragen beantwortet wären, das Ziel erreicht wäre. „ Zwischenzeitlich frage ich mich, was ausgerechnet ich hier soll- hatte jemand nach mir gefragt?!“

Aber Uwe versucht einen Weg zu gehen, den der hl. Benedikt im Prolog seiner Klosterregel anspricht: „ Wer ist der Mensch, der das Leben liebt?“ Wenn du, dann „neige das Ohr deines Herzens“. Oder wie M. Feigenwinter formuliert:“ Schweige und höre, sammle Kräfte und brich auf, damit du den Ort findest, wo neues Leben möglich ist.“

Otto W. Braun, Begleitung im AZH



Foto: Piber/Labyrinth 2010

Zwei Auszeithausgäste erzählen

a) Meine Woche Auszeit

Ich kam her, mit dem festen Vorsatz, einen Plan zu machen – nach Zen-Art – streng und strukturiert und ließ ihn sofort fallen, für das Abenteuer „planlos“ – „NichtsTun“ wie Sr. Birgitta meinte - Mut für die Zwischenräume, die Leerräume zu lassen. Dadurch kam ich langsam zu dem, wozu ich Lust hatte oder eben in die Leer-Räume. Mit dieser Erfahrung bin ich auch jetzt zu Hause noch beschäftigt bei allen Pflichten des Alltags auch den Impulsen nachzugeben oder sie zu hören, wozu ich Lust habe. Ich mache wieder schöne Dinge und versuche diesen Impulsen mehr Raum zu geben.

Eine wichtige Erfahrung war, im Auszeithaus sofort gut schlafen zu können. Zu Hause waren es vorher höchstens vier bis fünf Stunden. Auch dies hat sich zum Guten verändert. Ich schlafe auch hier wieder gut.

Eine schöne Erfahrung war, wie leicht das Zusammenleben mit meiner Mitbewohnerin war. Nähe und Distanz waren gut zu regeln. Unser abendliches Ritual, mit den Rädern auf den Hügel zu fahren, Übungen zu machen, still den Sonnenuntergang gemeinsam zu betrachten, tat einfach gut.

Das Essen war eine herrliche Erfahrung und ein Tageshighlight, denn die Qualität war gut und und die Menge reichlich. Die wunderbare Versorgung: Brötchen morgens vorzufinden, das wunderbare Zopfbrötchen aus der Bäckerei und in der Küche sogar eine kleine italienische Kaffeemaschine für den Espresso. Auch das gemeinsame Essen, immer draußen mit Sicht in die Natur. Seither setze ich mich hier zu Hause mal auf meinen Balkon und mache es mir schön beim Essen.

Dass die Störche jeden Abend halb zehn Uhr auf dem Feld gegenüber landeten, war so verlässlich und schön anzuschauen.

Die Natur mit der Weite und der Üppigkeit des Sommers waren ein wichtiger Faktor. Die Möglichkeit im Schutz der Bäume im Park zu liegen und zu träumen.

Ganz wichtig war die unbeabsichtigte Übung von Schwester Birgitta, dass es Freitag auf einmal keine Brötchen gab und sie auch zum Abschlussgespräch später kam und erzählte: „Wir haben gefeiert.....“. Das war für mich eine wichtige Lektion, bei aller Zuverlässigkeit auch mal unberechenbar zu sein. Das kann ich im Umgang mit meinen Söhnen hoffentlich auch mal beherzigen.

Dass die Therapeuten, Herr Braun und Frau Liptak ins Haus kamen, fand ich einen unglaublichen Luxus. Überhaupt ist für mich das Fazit: „Ich habe die Luxusvariante erwischt; Sommer, Sonne, viel Raum; eine ganz sympathische Mitbewohnerin mit der ich viel lachen konnte.“ Alles in allem eine wunderbare Erfahrung.

Wieder zu Hause spüre ich kleine Flämmchen von echter Freude an der Arbeit und Lebendigkeit. All das war ziemlich rau und verhangen und ich bin froh, dass eine Woche soviel verändern kann. Ich bin aber auch etwas ängstlich, dass ich wieder zurückkippen könnte.

Herzlichen Dank an alle!

Meera Nabholz-Beutler, Gast im Auszeithaus 2010



Foto:Piber 2010

*„Begib dich einmal im Jahr an einen Ort an dem Du allein bist und noch nie gewesen bist!
Und es kann sein, dass du neue Sichtweisen – nicht unbedingt Lösungen – erhaltest.“*

(Aus dem Gästebuch 2010)

b) Langsamkeit und Nichtstun

Zwei Themen waren mir wichtig: Die Langsamkeit (eins nach dem anderen und Geduld) und das Nichtstun (das Faulsein ohne schlechtes Gewissen darf ich sein). Beides ganz wichtige Themen, da ich meist mindestens zwei Dinge parallel laufen habe/hatte um ja meine Zeit effektiv auszunutzen. Dazu passt, dass Wartezeiten, wo auch immer, eine Herausforderung für mich sind. Und erst wenn die Arbeit erledigt ist, hat man sich eine Pause verdient.

Ich war sehr fleißig in diesem ersten Halbjahr und hatte mir also diese Auszeit-Woche verdient und sagte zu Schwester Maria Hanna, dass ich kein Thema hätte, worüber wir sprechen könnten, es ginge mir gut. Woraufhin sie mir zur Antwort gab: „Sie sind doch das Thema!“ Und so kam es zu einem ganz angeregten und inhaltsreichen Gespräch. Beim zweiten Gespräch analysierten wir zusammen meinen Traum der vorausgegangenen Nacht und entdeckten „den Obdachlosen“ in mir. Ein Teil eben, der ohne schlechtes Gewissen nichts tut und seither immer vom Teil „ohne Fleiß kein Preis“ niedergedrückt wird. Das war eine interessante Entdeckung.

Ich habe nun aus der Auszeit in den Alltag und in die Tat umgesetzt, dass ich meine Arbeitszeiten/Therapiezeiten nach meinen Wünschen und Bedürfnissen geändert habe, da ich das Gefühl hatte, mehr und mehr von außen bestimmt worden zu sein.

Geduld und Langsamkeit ist sicher noch lange mein Thema und hängt sicher auch mit meinem Typus zusammen. Aber ein gesundes Maß zu erarbeiten ist ein Ziel. Und mit „meinem Obdachlosen“ freunde ich mich immer mehr an.

Gerne würde ich wieder eine Auszeit machen, weil doch immer wieder etwas Neues zu lernen ist, auch wenn es einem eigentlich gut geht. Auch ist jede Auszeit anders. Ich war zum ersten Mal im Sommer da und hatte schönsten Wetter. Ich war nur im und am Haus und im Park. Ich hatte keine Lust für irgendwelche Unternehmungen (wandern, schwimmen ect. was ich sonst mache). Und es hat mir gut getan.

Matlrat Brigitte, Gast im Auszeithaus 2010

Aus dem Gästebuch

„Ich höre in mir immer noch die (nicht spektakulären) Worte der begleitenden Schwester; sich besinnen, worum geht es eigentlich .. ums „Mensch Sein“, im eigenen Zentrum sein, meine Wahrheit spüren und leben – schlicht und wahrhaftig.“

Ein Geschenk
hier zu sein
allein in diesem Haus
in dieser Winterlandschaft
beschützt vom Kloster und der freundlichen Atmosphäre der Schwestern
bei mir zu sein
meinen Grund, der mich trägt, zu spüren
mir nahe zu sein
einfach sein zu dürfen
willkommen sein
Von Herzen Dank an alle die diesen wunderbaren Ort möglich machen.

Januar 2010

Ausgebrannt, leer, völlig aus der Bahn geworfen und ohne Perspektive.....bin ich hier angekommen. Meine Mitte habe ich noch nicht gefunden, aber bin auf dem Weg dazu....
Dank dem Labyrinth, wo ich Ruhe und Stille in mir wahrnehmen konnte!
Danke für das gute Essen!
Danke an alle, die im Auszeithaus mitwirken!
Dieses Haus ist etwas ganz besonderes - einfach ein Geschenk - Danke
Danke auch meinen Mitbewohner.

November 2010

„3 Wochen Da – sein, ein Geschenk an mich selbst. Tiefempfundene Dankbarkeit für diesen Ort, an dem sich mein erschöpfter Geist und Körper ausruhen durfte und darauf warten konnten, dass meine Seele wieder nachkam.
Nichts tun müssen
Aber alles tun dürfen
was ich will.
Die Zeit haben zu erspüren
was tatsächlich
ich selber will.
Dies hat mich erleben lassen
Was es heißt
In jedem Moment
wahrhaftig im Leben zu sein
ohne zu wollen.

„Beim Aus-Zeit-Haus konnte ich meinen schweren Rucksack vor der Tür abstellen. Nach dieser Woche in der Auszeit nehme ich meinen Rucksack wieder mit – er ist viel leichter geworden, da sich meine Perspektiven verändert haben, meine Wahrnehmungen anders zu spüren sind weil ich Zeit, Ruhe und Begleitung hatte, mit mir ins Gespräch zu kommen, mich zu fühlen und mein Leben als ein besonderes Geschenk annehmen zu können.

In tiefer Dankbarkeit und großer Wertschätzung für das Auszeithaus mit hervorragender Organisation, liebevollen und authentischen BegleiterInnen.
Schön war die Gemeinschaft mit meinen beiden Mitbewohnerinnen.

Dezember 2010

Öffentlichkeits- und Pressearbeit

Veranstaltungen

- 21.01.2010 Präsentation der Arbeit und Entwicklung des Auszeithaus Oberschwaben bei der Fachdienstleiterkonferenz in Wangen mit Frau Dr. Piber
- 25.01.2010 Workshop im Rahmen der ReferentInnen-tagung von Tabor im Kloster Reute, zum Thema „Sieben Türen einer Auszeit“ mit Frau Dr. Piber
- 29.01.2010 Vortrag in der Kath. Kirchengemeinde Weststadt zum Thema „Heute spirituell leben – Was der Seele Raum gibt, was heilsam wirkt“ mit Frau Dr. Piber
- 25.02.2010 Vortrag beim Arbeitskreis Frauen des Evang. Bauernwerks im Kirchenbezirk Biberach zum Thema: „In der Wüste aus der Quelle schöpfen – der Seele Raum geben“ mit Frau Dr. Piber.
- 21.04.2010 Präsentation des Auszeithaus Oberschwaben bei der LeiterInnen-tagung von TelefonSeelsorge und Offene Tür in Vierzehnheiligen, sowie Verkauf der Broschüre „Sieben Türen einer Auszeit“.
- 24.04.2010 Infostand beim Internationalen Ökumenischen Bodenseekirchentag in Radolfzell.
- 13.05.2010 Infostand beim Ev. Oberschwabentag in der Dobelmühle betreut von Sr. Siegfrieda Klimmer
- 26.10.2010 Frauenstammtisch in Langenau zum Thema „Ordensleben“ mit Sr Birgitta Harsch und anderen Schwestern. Vorstellung des Auszeithauses. Das Vorbereitungsteam hatte sich darauf geeinigt, den Eintritt auf Spendenbasis zu finanzieren. Der Erlös von € 285,- wurde dem Auszeithaus als ökumenische Einrichtung zur Verfügung gestellt. Ein herzliches Dankeschön dem Vorbereitungsteam des Frauenstammtisches in Langenau!

Sonstiges

- 15.03.2010 Vernetzung über Literaturlisten und Link mit dem Unternehmen Ethik-Konkret von Frau Dr. Mechthild Herberhold. Nähere Informationen unter <http://www.ethik-konkret.de>
- 04.03.2010 Kooperationsvereinbarung mit dem Arbeiterzentrum der Betriebsseelsorge Böblingen (ein Fachdienst des Katholischen Dekanats Böblingen) unter der Leitung von Herrn Walter Wedl zur Vermittlung von ein bis zwei Gästen im Quartal an das Auszeithaus Oberschwaben mit einem Selbstbehalt von € 10,- für die Gäste. Der Rest wird von der Betriebsseelsorge finanziert.
- 11.05.2010 Kontaktaufnahme mit der Redaktion Frau O.Müller von Psychologie Heute bezüglich eines Artikels zur Kultur der Auszeit. Anzeigenschaltung zu „In jedem ruht eine Quelle ...“ vom 01.09.2010 – 31.08.2011.

- 11.08.2010 Erster Erscheinungstermin der Anzeige zum Auszeithaus Oberschwaben in „Psychologie Heute“, Heft 9.
- 01.08..2010 Aktualisierung der Bilder zum Auszeithaus auf der Homepage www.kloster-reute.de
- 07.08.2010 Informations- und Austauschgespräch mit Herrn Diakon Burkhard Wittwer aus Bergisch Gladbach, der sich in seiner Region um den Aufbau eines Auszeithauses bemühen möchte.
- 24.08.2010 Informations- und Austauschgespräch mit Frau Sonja Maurer aus Bischoffszell im Thurgau (Ch) die dort ein Auszeithaus gründen möchte.
- 09.09.2010 Kontakt und Austauschgespräch mit Herrn Langenbacher (Betriebsseelsorge Ravensburg) über mögliche Kooperationen mit dem Auszeithaus Oberschwaben.
- 09.09.2010 Informations- und Austauschgespräch mit Frau Maria Oswald aus Markdorf, die in Heppbach ein Auszeithaus Bodensee gegründet hat. Nähere Informationen unter <http://www.auszeithaus-bodensee.de>
- 28.09.2010 Vernetzung und Verlinkung mit der Homepage Familienpastoral www.familie-und-kirche-rv.de
- 28. 09.2010 Installation einer eigenen Seite „Spende“ auf der Homepage des Auszeithauses unter <http://g-n.biz/spenden>

Dank

Im Laufe des Jahres 2010 traf in der Geschäftsstelle der Dank eines Auszeithausgastes per E-Mail ein, der für sich sprechen soll:

*Liebes Auszeithausteam,
 es hat mir gut getan und ich habe mich sehr gut erholt. Es war schön mal wieder nur mich alleine zu spüren. Ich werde noch lange an diese Woche denken und davon zehren. Besonders gefallen hat mir, dass die Schwestern alle so nett und freundlich waren. Egal wo und wie ich mit jemand Kontakt hatte die Atmosphäre war immer angenehm und herzlich. Die Klostersgemeinschaft strahlt eine gute Stimmung aus.
 Vielen Dank noch mal für diese schöne Lebenserfahrung.
 Vielen Dank an alle die dieses Auszeithaus ermöglichen. H. B. 2010*

Dieser Dank gilt in besonderer Weise auch unserem Sponsor **CHG-MERIDIAN, Deutsche Computer Leasing AG Weingarten**, vertreten durch den Vorstandsvorsitzenden Herrn Jürgen Mossakowski, der das Auszeithaus Oberschwaben auch dieses Jahr wieder großzügig finanziell unterstützt hat und uns eine sozialverträgliche Preisgestaltung möglich macht. Vergelt's Gott!

Jahresbericht erstellt von
 Dr. Gabriela Piber



Foto: Piber/Karl Metzler und die Zeit



Fotos: Sr. Birgitta/ Im Garten vom Auszeithaus



Fotos: Sr. Birgitta/Auszeit

AUS – ZEIT

Was soll einmal aus sein?

Wofür möchte ich Zeit haben?

Auszeithaus Oberschwaben im Überblick

Das Auszeithaus Oberschwaben ist eine ökumenische Einrichtung der Kirchen in Oberschwaben und der TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu-Bodensee zusammen mit dem Kloster der Franziskanerinnen in Bad Waldsee-Reute. Als eigenes Gebäude am Rande des Klosters verbindet es Stille und Besinnlichkeit, schlichte Schönheit und Natur. Es will Einzelnen und Paaren die Möglichkeit geben, sich für eine oder mehrere Wochen der Auszeit zurückzuziehen, sich psychisch und geistig-spirituell zu sammeln und das eigenen Leben zu bedenken und zu vertiefen.

| | |
|-----------------------------|---|
| Trägerschaft | Franziskanerinnen von Reute TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu-Bodensee Katholisches Dekanat Allgäu-Oberschwaben Evangelischer Kirchenbezirk Ravensburg Katholisches Dekanat Biberach Katholisches Dekanat Saulgau Evangelischer Kirchenbezirk Biberach Katholisches Dekanat Friedrichshafen |
| Rechnungsführung | Anita Schmid (bis Mai 2010) Jürgen Fiesel (seit September 2010), Ravensburg |
| Finanzieller Partner | CHG-Meridian - Deutsche Computer Leasing AG |
| Leitung | Dr. Gabriela Piber |
| Fachteam | Monika Braun Otto Braun Sr. Siegfrieda Klimmer Sr. Birgitta Harsch Sr. Maria-Hanna Löhlein Barbara Ruthardt-Horneber |
| Sekretariat | Pfr. Hans-Dieter Schäfer Martha Bentele |

Auszeithaus Oberschwaben
Pfannenbühlstraße
D-88339 Bad Waldsee-Reute

Anmeldung und Information
Auszeithaus Oberschwaben
Geschäftsstelle
Postfach 1962
D-88189 Ravensburg
Tel. +49(0)751359777-7
Mo 12.30 –14.30 Uhr, 24h-AB
Fax +49(0)751359777-9
info@auszeithaus.eu
www.auszeithaus.eu

Spendenkonto
Kath. Dekanat/Auszeithaus/Spende
Kreissparkasse Ravensburg
Konto 48008428