

**HANDREICHUNG MIT MATERIALIEN FÜR DIE
SENIORENARBEIT UND DEN GLAUBENSTAG 2024
FÜR MENSCHEN IM 3. & 4. LEBENSALTER**



Alt und Jung – im Miteinander der Generationen
Generationenverbindende Seniorenarbeit

Gliederung der Handreichung:

1. Einführung in das Thema: Alt und Jung – im Miteinander der Generationen	3
1.1. Generationenverbindende Seniorenarbeit	3
1.2. Allgemeine Hinweise zum Fest „Darstellung des Herrn“	3
2. Gottesdienstvorschläge	4
2.1. Eucharistiefeier für den Glaubenstag der Senioren	4
2.2. Segensfeier: Alt und Jung – im Miteinander der Generationen	9
2.4. Andachtsthemen im Jahreskreis und Kirchenjahr	13
3. Materialien und Praxisbeispiele zum Thema: Generationenverbindende Seniorenarbeit	14
3.1. Jahreszeiten als Symbol des Lebens	14
3.2. Ideen für Generationen-Begegnungen	19
3.3. Gemeinsamer Glaubenstag von einer Kindergartengruppe und einer Seniorengruppe	20
3.4. Beten damals und heute: Großelterntreffen mit Erstkommunionkindern	22
3.5. Maiandacht	23
3.6. Erzählcafés – ein „Alt-Jung-Projekt“ im Rahmen der Firmvorbereitung	26
3.7. Gemeinsames Singen mit den Großeltern und ihren Enkelkindern: Ein generationsübergreifendes Projekt in der Kita	28
3.8. Rad-Fahr-Gruppe und Wandergruppe	30
3.9. Citypastoral in Lingen – Kirche mitten in der Stadt	31
4. Texte	33
4.1. Simeon	33
4.2. Erhalte mich liebenswert	33
4.3. Ich bin das Rotkäppchen	34
5. Bildungstipps für Menschen im 3. & 4. Lebensalter	35
5.1. Fortbildung für Engagierte in der Seniorenarbeit	35
5.2. Bildungshäuser des Bistums Osnabrück bieten Angebote für Senior*innen	36
5.3. Religionspädagogische Medienstelle	38
5.4. Erholungsfreizeit in Bad Rothenfelde	39

Arbeitskreis: Glaubenstag der Senioren

Christiane van Melis, Sr. Barbara Oevermann, Angelika Kampsen, Hiltrud Roelfes, Herbert Rosemann

Bezugsquelle:

Christiane van Melis
Diözesanreferentin für das
3. & 4. Lebensalter
Tel.: 0541 318-217
E-Mail: c.vanmelis@bistum-os.de
Domhof 12, 49074 Osnabrück

Sekretariat: Annette Kurmann
Tel.: 0541 318-251
E-Mail: a.kurmann@bistum-os.de

Versand: je ein Exemplar an Seniorenverantwortliche/n pro Gemeinde

Homepage zum Download der Handreichung:
www.bistum.net, Stichwort: Senioren

Osnabrück, im Dezember 2023

Bild der Titelseite: Soziale_Gerechtigkeit_Hände_1_by_
www.sacralphoto.de/pfarrbriefe.jpg

Bild von der Rückseite und von den Seiten 3, 8, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 29, 30, 34 von **Stefan Bischoff, Thuine**

1. Einführung in das Thema: Alt und Jung – im Miteinander der Generationen

1.1. Generationenverbindende Seniorenarbeit

In diesem Jahr widmet sich die Handreichung mit Materialien für die Seniorenarbeit dem Thema: Generationenverbindende Seniorenarbeit. Das **Miteinander von Alt und Jung** bereichert die Qualität unseres Lebens und unsere Sinnfindung. In Familien, Kirche und Gesellschaft profitieren wir vom Zusammenhalt der Generationen und vom Verständnis für die jeweiligen Lebenslagen. Daher regen wir an, mit dem Material im Jahr 2024 generationenverbindende Erfahrungen in die Seniorenarbeit einzubeziehen.

Diese Handreichung enthält **Gottesdienstvorschläge, Anregungen für die Generationenbegegnung** sowie **Texte und Praxisbeispiele für generationenverbindende Seniorenarbeit**. Die **Bilder** stammen in diesem Jahr zum großen Teil vom **Fotografen Stefan Bischoff**, der sie für den Einsatz in der Seniorenarbeit freigegeben hat.

Anlass für die Handreichung ist die Tradition des **Glaubenstages der älteren Generation**. Dieser wird seit vielen Jahren in unserem Bistum gefeiert. An „Mariä Lichtmess“, das wir heute als „Fest der Darstellung des Herrn“ feiern, wird die besondere Erfahrung und Weisheit alter Menschen durch das Evangelium deutlich. Daher ist dieser Festtag am 02.02. eines jeden Jahres ein geeigneter Tag, um den Glaubenstag der Senioren zu feiern. Die Handreichung bietet hierfür einen Gottesdienstvorschlag, ausgearbeitet als **Eucharistiefeier**, die mit Seniorinnen und Senioren gefeiert werden kann (unter Punkt 2.1.), vielleicht sogar mit anschließender **Begegnung** und thematischem **Austausch im Gemeindehaus**.

Ein **zweiter Gottesdienstentwurf** (2.2.) bezieht sich auf eine Segensfeier, die an den **jährlichen Großelternntag (3. Sonntag im Juli)** anknüpft. Dieser kann hilfreich sein, wenn Sie den Glaubenstag der Senioren nicht an „Lichtmess“, sondern an einem anderen Tag feiern möchten.

Die Handreichung enthält **weiteres Material und Praxisvorschläge** für die generationenverbindende Seniorenarbeit im Jahr 2024.

1.2. Allgemeine Hinweise zum Fest „Darstellung des Herrn“

Mariä Lichtmess ist der alte Name für das Fest „Darstellung des Herrn“. „Lichtmess“ weist auf das Licht hin, das mit Jesu Geburt an Weihnachten in die Welt gekommen ist. In der dunkelsten Jahreszeit erleben wir, wie das kleine Kerzenlicht sich gegen alle Nacht behauptet. Diese Lichtsymbolik spielt auch in der heutigen Liturgie eine große Rolle. So klingt die Weihnachtszeit nach und wir gehen Richtung Ostern.

Im Schott - Messbuch (<http://erzabtei-beuron.de/schott>) finden sich die liturgischen Texte zum Fest der Darstellung des Herrn.

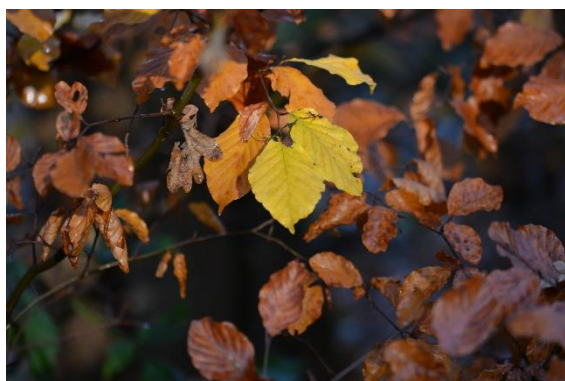


Bild –Blätter – von Stefan Bischoff aus Thuine

2. Gottesdienstvorschläge

2.1. Eucharistiefeier für den Glaubeenstag der Senioren

Kernstück des Glaubeenstag der Senioren ist eine heilige Messe, die mit den Mitgliedern der Seniorengruppen vorbereitet und gefeiert wird. Dieser Vorschlag kann auch Grundlage für einen Wortgottesdienst sein und auf die jeweilige Situation angepasst werden.

Im Altarraum brennt die Osterkerze. Dort stehen auch Kerzen, die zu Beginn des Gottesdienstes vom Priester gesegnet werden und nach dem Gottesdienst von den Anwesenden mitgenommen und verschenkt werden können. Der Priester zieht mit Messdienern ein, die brennende Kerzen tragen und sie auf den Altar stellen.

Eröffnung

Lied: GL 804, 1, 2 Wort des Vaters oder
GL 392, 1, 5 Lobe den Herren

Einführung ins Thema

V: „Alt und Jung – im Miteinander der Generationen“ ist das Thema dieses Gottesdienstes. Viele ältere Menschen leben nach dem Tod ihres Partners allein und kennen das Gefühl der Einsamkeit. Viele würden sich freuen, wenn ihre Kinder oder Enkelkinder in ihrer Nähe oder sogar unter einem Dach mit ihnen lebten. Für Großeltern sind ihre Enkel von herausragender Bedeutung und auch umgekehrt lieben viele Enkel ihre Großeltern. Die gute Beziehung zueinander stellt für beide Seiten eine große Lebensbereicherung dar. Ein respektvoller, gemeinschaftlicher Umgang stärkt den Zusammenhalt, fördert gegenseitige Unterstützung und führt oft zu einem guten, gegenseitigen Verständnis. Die Begegnung zwischen den Generationen ist deshalb nicht nur für alte Menschen, sondern auch für Kinder wichtig. Nur gemeinsam können sie eine menschenwürdige Zukunft gestalten.

Um die Begegnung zwischen den Generationen geht es auch im heutigen Evangelium. Wir feiern heute das Fest der Darstellung des Herrn, das in den Ostkirchen auch „Begegnung des Herrn“ genannt wird. Dieser Name hat seinen guten Grund: Im Evangelium hören wir, dass fünf Personen einander begegnen: die Eltern Maria und Josef mit ihrem Kind Jesus und zwei alte Menschen, Simeon und Hannah, die täglich im Tempel beten und voll Sehnsucht auf den Messias warten. Die beiden hochbetagten Menschen erfahren in der Begegnung mit dem Kind und deren Eltern eine „Erleuchtung“. Sie erkennen in dem Kind das Heil und das Licht der Welt.

Die unerwartete Begegnung mit Simeon und Hannah ist auch bedeutungsvoll für die Eltern. Sie macht ihnen erneut bewusst, dass ihr Kind der ersehnte Messias ist, an den sich viele Erwartungen und Hoffnungen knüpfen.

Priester:

Auch uns möchte der Herr begegnen, in seinem Wort und in der hl. Eucharistie, die wir nun gemeinsam feiern. Wir wollen uns besinnen und Gott um sein Erbarmen bitten.

Schuldbekennnis

Herr Jesus Christus, die beiden alten Menschen haben voll Sehnsucht auf dich gewartet.

Hab Erbarmen, wenn wir in der Geschäftigkeit des Alltags die Sehnsucht nach dir verloren haben.

Herr, erbarme dich.

Simeon preist dich als das Licht zur Erleuchtung der Menschen.

Hab Erbarmen, wenn wir im Miteinander der Familie oder Gemeinschaft einander wenig Licht und Freude geschenkt haben.

Christus, erbarme dich.

Maria und Josef staunen über die Worte, die über dich gesagt werden.

Hab Erbarmen, wenn wir nicht aufmerksam hinhören und wenig Verständnis haben für die Anliegen der anderen.

Herr, erbarme dich.

Priester: Der allmächtige Gott erbarme sich unser. Er lasse uns die Sünden nach und führe uns zum ewigen Leben.

Gloria

GL 171 Preis und Ehre

Tagesgebet

Guter Gott, alle Menschen sind deine Geschöpfe. Jeder Einzelne ist einmalig und kostbar. Hilf uns, dass wir mit unseren Gaben uns gegenseitig bereichern und miteinander voll Vertrauen in die Zukunft gehen. Darum bitten wir durch Jesus Christus, unsern Herrn.

Lesung

Kol 3, 10 – 17

Antwortgesang

GL 470, 1-3 Wenn das Brot, das wir teilen ...

Ruf zum Evangelium

GL 175, 3

Evangelium

Luk 2, 22 – 32

Besinnung *(gesprochen in verteilten Rollen)*

A: Fest der Darstellung des Herrn – ein Fest der Begegnung.

B: Mit einer kleinen Erzählung möchte ich in den Wert von Generationenbegegnung einführen. Ich stand an der Bushaltestelle und wartete ungeduldig auf den Bus. Neben mir stand der kleine Fabian, mein Enkel. Plötzlich zog der kleine Junge an meiner Hand und zeigte nach oben in den blauen Himmel. „Guck mal, da oben!“ - „Was ist denn los?“ fragte ich und wandte meinen Blick von der Straße weg in den Himmel. „Siehst du das nicht?“ rief Fabian. „Da oben. Ein großer, bunter Ballon. Wie schön!“ Nun sah auch ich ihn. Und wir beide hatten unsere Freude an dem herrlichen, farbenprächtigen Ballon, der über uns in der Sonne schwebte. Dieses kleine Erlebnis ließ mich nicht los. Ich musste immer wieder an den kleinen Fabian denken, der mit seinem Zuruf meinen Blick von der Straße weg nach oben gelenkt hatte. Sein Blick nach oben, voll Erwartung und Freude, lässt mich innerlich fragen, ob mein Blick auch „nach oben“ ausgerichtet ist. Wer nach „oben“ blickt, der darf vertrauen und viel erwarten. Das konnte ich von meinem Enkel lernen.

A: Im heutigen Evangelium geht es um eine bedeutungsvolle Begegnung zwischen Jung und Alt. Eine junge Familie, die Eltern, Maria und Josef, mit ihrem Kind Jesus, und zwei alte Menschen, Simeon und Hannah. Sie alle begegnen sich im Tempel – sie nehmen einander wahr, gehen aufeinander zu, schauen sich an, sprechen miteinander, nehmen teil am Leben des anderen. Sie tauschen sich aus in ihren Gottes Erfahrungen, sprechen von sich und ihrem Leben, von ihrem Glauben und ihrer Hoffnung, von Gottes Verheißungen. Dabei erkennen sie, dass es Gott selber ist, der sie im Tempel zusammenführt und ihnen mit dieser tiefen Begegnung Augen und Herz öffnet für die Bedeutung dieses Kindes. Hier begegnet das Kind „Jesus“ Menschen, die sich nach ihm sehnen. In dieser kleinen Gruppe begegnen sich „Gott“ und „der Mensch“.

B: Simeon und Hannah, zwei altersschwache Menschen, sicher schon fast blind und taub, haben offene Augen und vor allem ein lebendiges Herz - für Gott.
Denn sie sehen mehr als ein Kind, sie erkennen in ihm den Retter, das Heil, das Licht der Welt. Sie finden in der Begegnung mit diesem Kind das, wonach sie sich in all den Jahren ihres langen Lebens gesehnt haben: Gottes Heil, sein Licht und seinen Frieden.

A: Hannah wird im Evangelium eine Prophetin genannt. Sie ist Witwe und dient Gott Tag und Nacht im Tempel durch Beten und Fasten. Sie tritt genau zum rechten Zeitpunkt hinzu und begegnet dem Kind mit seinen Eltern. Wie Simeon nimmt auch sie es in die Arme und preist Gott und spricht zu allen über die Bedeutung dieses Kindes. Die Eltern Jesu hören und staunen.

B: Von Simeon erfahren wir im Evangelium, dass er voll Sehnsucht auf den Retter Israels wartet. Er sucht die Nähe Gottes, spürt den Geist Gottes und lässt sich von ihm leiten. Simeon, ein Prophet. Vom Hl. Geist erleuchtet, erkennt er in dem kleinen, unscheinbaren Kind das Licht, „das die Heiden erleuchtet“.
Es ist wiederum ein Kind – ich erinnere an mein Erlebnis mit meinem Enkel Fabian – ein Kind, das die Herzen der Älteren anrührt und ihnen Licht und Freude schenkt.

A: Auch uns ist Gottes Licht in der Taufe geschenkt. Daran erinnert die Osterkerze, ein Sinnbild für Jesus Christus, das Licht der Welt. Und auch die Kerzen, die wir heute in der „Lichtmesse“ entzünden, weisen darauf hin, dass uns Jesus mit seinem Licht erfüllt, damit wir für ihn und seine Botschaft leuchten und brennen.

Stille (Meditationsmusik)

B: Die Kerzen am Altar werden nun vom Priester gesegnet.
Nach dem Gottesdienst können alle Anwesenden Kerzen mit nach Hause nehmen, sie dort entzünden oder anderen schenken.
Durch die Begegnung mit Jesus Christus hier in dieser Feier werden wir selbst zum Licht für andere, die sich nach Begegnung sehnen.

Kerzenweihe *Der Priester segnet und besprengt die mitgebrachten Kerzen am Altar mit Weihwasser.*

Segensgebet über die Kerzen

Priester: Herr Jesus Christus,
Simeon nennt dich ein „Licht zur Erleuchtung der Heiden“.
Du bist das Licht der Welt.
Wir bitten dich: Segne diese Kerzen.
Sie sollen leuchten an hellen und dunklen Tagen.
Dein Licht erwärmt unsere Herzen.
Es schenkt uns Hoffnung und stärkt unseren Glauben.
Lass uns zu Menschen werden, die leuchten, die brennen,
die Zeugnis geben von deinem Licht und deiner Liebe.
Amen.

Fürbitten P: Herr Jesus Christus, du bist das Licht für unser Leben. Du liebst uns Menschen und schenkst uns, was wir täglich brauchen.
Voll Vertrauen bitten wir dich:
(Nach jeder Fürbitte wird der Kv GL 373 gesungen und eine Kerze in dem genannten Anliegen entzündet.)

Du bist Licht, du bist Leben, Christus, unsere Zuversicht.

1. Segne alle Großeltern und älteren Menschen. Erhalte ihnen ein frohes und wachsame Herz und stärke ihr Vertrauen auf dich.
2. Segne die Kleinen und Großen unserer Familien und unserer Kirchengemeinde. Lass uns den Wert erkennen, wenn unterschiedliche Generationen sich begegnen. Schenke uns Geduld und gemeinsame Zeit miteinander und füreinander.
3. Tröste die alten und pflegebedürftigen Menschen und lass sie die Hilfe und die Begleitung ihrer Angehörigen oder anderer Bezugs- und Pflegepersonen erfahren.
4. Viele Familien haben im Krieg ihr Zuhause verloren und leiden unter Armut und Angst. Lass sie guten Menschen begegnen und Hilfe in ihrer Not erfahren.
5. Hole alle Verstorbenen, die uns voraus gegangen sind, heim zu dir und vollende sie in deiner Liebe.

P: Herr Jesus Christus, auf dich vertrauen wir. Dir sei Lob und Preis heute und in Ewigkeit. Amen.

Gabenbereitung

Lied: GL 374, 1, 2, 4 Volk Gottes, zünde Lichter an

Gabengebet

Guter Gott, du kennst unseren Hunger, unsere Sehnsucht nach Leben. Wir kommen mit leeren Händen. Du schenkst dich uns in Brot und Wein. Nimm unsere Gaben und wandle sie in den Leib und das Blut deines geliebten Sohnes Jesus Christus. Gib, dass wir im Geist deiner Liebe für immer verbunden bleiben mit ihm und untereinander. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Sanctus

GL 199 Heilig ist Gott in Herrlichkeit

Agnus dei

GL 810 Jesus Christus, Sohn des Lebens

Danksagung

(Um die Verbundenheit mit Gott und untereinander auszudrücken, kann jeder Teilnehmer nach dem Gottesdienst eine gesegnete Kerze mitnehmen, zu Hause entzünden oder an andere verschenken, dem Enkelkind, einem Kranken, einem Nachbarn, einem Verstorbenen auf dem Friedhof.)

Gebet: Herr, lass uns in deinem Frieden unsere Wege gehen, Angst und Ärger überwinden, Freude schenken und teilen. Stärke uns, dein Licht weiterzutragen zu den Menschen, denen wir begegnen, heute und an allen Tagen. Amen.

Lied: Gl 450 Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht

Segen

(Die Teilnehmer sprechen füreinander das Segensgebet.)

„Und Simeon segnete sie.“ (Lk 2, 34)

Gott segne dich.

Gott segne deinen Weg,
den Weg, den du schon gegangen bist
und den Weg, der vor dir liegt.

Gott segne dich und deine Lieben:

Die Menschen, die dir ganz nahestehen,
und alle, die dich tragen und für dich sorgen.

Gott segne euer Zusammensein und eure gemeinsame Zeit.

Gott segne euer Auseinandergehen und Wiedersehen.

Gott schenke euch Frieden und Freude.

Lied: GL 451, 1 – 3 Komm, Herr, segne uns

Schlussgebet

Guter Gott, wir danken dir für das gemeinsame Mahl, das uns stärkt auf unserem gemeinsamen Lebensweg. Du bist uns nahe in Freud und Leid, in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

Erfülle uns mit dem Licht deiner Liebe, dass wir einander verstehen und uns gegenseitig unterstützen und ermutigen. Darum bitten wir durch Christus, unsern Herrn.

Schlusslied

GL 873, 1- 3 Wo Menschen sich vergessen oder
GL 804, 3 Fröhlich wollen wir dich preisen

Quelle: Sr. Barbara Oevermann, Bistum Osnabrück /Arbeitsgruppe

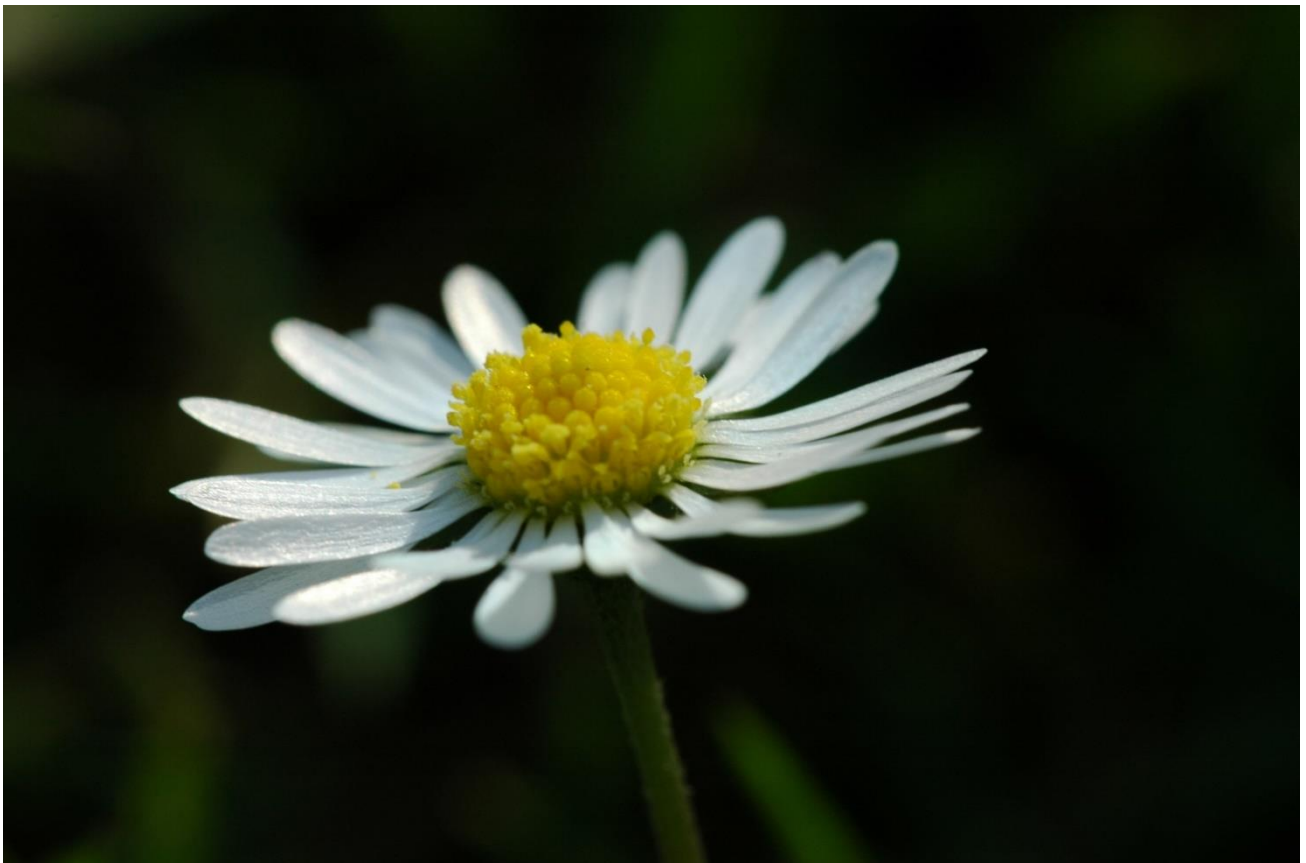


Bild – Gänseblümchen – von Stefan Bischoff aus Thuine

2.2. Segensfeier: Alt und Jung – im Miteinander der Generationen

Die Segensfeier ist eine Alternative und kann an einem beliebigen Datum gefeiert werden.
Sie bezieht sich inhaltlich auf den Großelternntag (3. Sonntag im Juli).

Mk 10, 13 - 16 Jesus segnet die Kinder

Eröffnung Lied GL 392, 1, 5 Lobe den Herren

Einführung in das Thema

V: Herzlich willkommen allen, die der Einladung zu unserer Segensfeier gefolgt sind: Allen N.N., die mit uns beten und um Segen bitten. Papst Franziskus hat für den letzten Sonntag im Juli den „Welttag der Großeltern und älteren Menschen“ ausgerufen und verweist auf den Gedenktag des heiligen Joachim und der heiligen Anna, der Eltern der Gottesmutter Maria. Sie sind – menschlich gesehen – die Großeltern Jesu. Zu seiner Zeit bestand in der jüdischen Gesellschaft eine starke Familienbindung und die Großeltern waren für Kinder wichtige Bezugspersonen. Auch heute spielen für viele Kinder die Großeltern eine wichtige Rolle. Die gute Beziehung zueinander stellt für beide Seiten eine große Lebensbereicherung dar. Sie stärkt den Zusammenhalt, fördert gegenseitige Unterstützung und führt oft zu einem guten, gegenseitigen Verständnis.

Zu Jesus, der selbst ein Kind gewesen ist und der die Kinder besonders liebt, rufen wir:

Schuldbekennnis

Herr Jesus Christus, du hast dein Leben voll Vertrauen auf Gott gelebt.

Ruf (Gl 157): Herr, erbarme dich.

Du kennst uns und nimmst uns an mit unseren Stärken und Schwächen.

Ruf: Christus, erbarme dich.

Du hast die Kinder in deine Arme genommen und sie besonders gesegnet.

Ruf: Herr, erbarme dich.

Gottesdienstleitung: Der allmächtige Gott erbarme sich unser. Er lasse uns die Sünden nach und führe uns zum ewigen Leben.

Tagesgebet

Guter Gott, du hast Joachim und Anna auserwählt, Maria, der Mutter Jesu, das Leben zu schenken. Auf ihre Fürsprache hilf Kindern, Eltern und Großeltern, dass sie sich mit ihren Gaben gegenseitig bereichern und miteinander voll Vertrauen in die Zukunft gehen. Darum bitten wir durch Jesus Christus, unsern Herrn.

Evangelium Die Segnung der Kinder Mk 10, 13 – 16

(Wenn Kinder im Gottesdienst anwesend sind, besteht auch die Möglichkeit, das Evangelium szenisch darzustellen:

1. Szene: Jesus im Gespräch mit seinen Jüngern und anderen Umstehenden
2. Szene: Mütter bringen ihre Kinder zu Jesus, damit er sie segne.
3. Szene: Die Jünger weisen die Kinder energisch ab.
4. Szene: Jesus weist seine Jünger zurecht und ruft die Kinder zu sich. Er stellt sie in die Mitte, umarmt und segnet sie.
5. Szene: Jesus ruft die Erwachsenen zur Umkehr)

(Meditative Musik)

Besinnung (gesprachen mit verteilten Rollen)

A: Das Evangelium berichtet, dass Jesus eine besondere Beziehung zu den Kindern hat. Nicht angesehene Erwachsene, sondern unmündige Kinder stellt er in die Mitte und demonstriert an deren Lebenshaltung anschaulich seine frohe Botschaft.

B: Jesus ist selbst ein Kind gewesen, angewiesen auf die Liebe, Fürsorge und den Schutz seiner Familie. Vielleicht waren es seine Großeltern, Joachim und Anna, die ihn mit Umsicht und Zärtlichkeit umhegten. Sicher bekleideten diese Großeltern auch damals die Rolle derer, die für die Kinder der Familie da waren, diese unterstützten, unterwiesen, ihnen vor allem Geborgenheit schenkten und das Gefühl in der Familie zu Hause zu sein.

A: Wie sehen Großeltern heute ihre Aufgabe? Wo sind Möglichkeiten, wo Grenzen? Welche Bedeutung hat das Miteinander von Jung und Alt in unserer Zeit?

- *Kurzes Innehalten*

B: Eine gute Beziehung zwischen den Generationen kann für beide Seiten bereichernd sein. Junge Menschen können von den Älteren Haltungen oder konkrete Lebenserfahrungen lernen, die diese an sie weitergeben können. Die Älteren wiederum fühlen sich durch den Kontakt mit den Jüngeren einbezogen in deren Lebenswelt. Wenn es die räumliche Nähe und die Gegebenheiten zulassen, können sie ihre Enkel begleiten, sich Zeit nehmen für sie, zuhören, Anteil nehmen an ihren Sorgen und Freuden, Werte übermitteln, auf Grenzen hinweisen. Sie können aus den Erfahrungen ihres Lebens oder aus dem vorgelebten Vertrauen auf Gott den Enkeln Hoffnung und Zuversicht mit auf den Weg geben. So können junge Menschen von den Älteren lernen.

Gilt das auch umgekehrt? Können Ältere auch von Kindern lernen?

A: Im Evangelium hören wir, dass Jesus gerade den Kindern eine große Bedeutung zuspricht. Er ruft sie zu sich, stellt sie als Vorbild für die Erwachsenen in die Mitte und ermahnt diese, von den Kindern zu lernen.

Was können wir Erwachsene von Kindern lernen?

Ein Kind kann nicht für sich selber sorgen, es ist ganz angewiesen auf die Liebe und Fürsorge seiner Eltern, Großeltern, der Erwachsenen. Es verlässt sich auf sie und vertraut darauf, dass sie ihm alles geben, was es braucht. Deshalb kann ein Kind in der Regel unbekümmert und unbeschwert seinen Tag verbringen und sich freuen an der Zuneigung und Zuwendung der Erwachsenen.

B: Aus solch einem tiefen Vertrauen auf seinen Vater im Himmel lebte Jesus. Er verließ sich ganz auf ihn, freute sich in der Gewissheit seiner Nähe, dankte ihm, bat um seine Hilfe und erhielt sie. Uns lädt Jesus ein, ihm darin zu folgen und von einem Kind zu lernen, frei von jedem Leistungsdruck – Gott in allen Lebenssituationen zu vertrauen und seine bedingungslose Liebe anzunehmen.

Jesus segnet die Kinder und versichert sie der besonderen Nähe und Liebe Gottes.

Stille (Meditationsmusik)

Lied

GL 853, 2 Bei Gott bin ich geborgen

Fürbitten

P: Herr Jesus Christus, du liebst uns Menschen und schenkst uns, was wir täglich brauchen. Voll Vertrauen bitten wir dich:
(Nach jeder Fürbitte wird der Kv GL 373 gesungen und eine Kerze in dem genannten Anliegen entzündet.)

Du bist Licht, du bist Leben, Christus, unsere Zuversicht.

1. Segne alle Großeltern und älteren Menschen. Erhalte ihnen ein frohes und wachsendes Herz und stärke ihr Vertrauen auf dich.
2. Segne die Kleinen und Großen unserer Familien und unserer Kirchengemeinde. Lass uns den Wert erkennen, wenn unterschiedliche Generationen sich begegnen. Schenke uns Geduld und gemeinsame Zeit miteinander und füreinander.
3. Tröste die alten und pflegebedürftigen Menschen und lass sie die Hilfe und die Begleitung ihrer Angehörigen oder anderer Bezugs- und Pflegepersonen erfahren.
4. Viele Familien haben im Krieg ihr Zuhause verloren und leiden unter Armut und Angst. Lass sie guten Menschen begegnen und Hilfe in ihrer Not erfahren.
5. Hole alle Verstorbenen, die uns voraus gegangen sind, heim zu dir und vollende sie in deiner Liebe.

P: Herr Jesus Christus, auf dich vertrauen wir. Dir sei Lob und Preis heute und in Ewigkeit. Amen.

Vater unser

Gleich, wie jung oder alt wir sind, wir sind alle Kinder des einen Vaters. Darum beten wir: *(Alle nehmen sich an den Händen und beten)*
Vater unser ...

Segen

Meditative Gedanken zum „Segen“ (im Wechsel vortragen)

Das Bild: In Gottes Händen von Sieger Köder (Schwabenverlag) kann dazu genommen werden

A: Jesus nahm die Kinder in seine Arme. Dann legte er ihnen die Hände auf und segnete sie.
(Mk 10, 16)

B: Das Wort „Segnen“ ist uns vertraut. Viele Alltagsrituale sind mit einer Segnung verbunden, z. B. das Tischgebet, das Morgen- und Abendgebet oder Segenswünsche zu einem Festtag. Was aber verstehen wir Christen unter Segen?

A: Ursprung und Spender allen Segens ist der dreieinige Gott. Wer Segen wünscht, drückt damit aus, dass hinter und über all unserem Tun, hinter unserem Arbeiten und Sorgen die väterliche Liebe Gottes steht. Er ist es, der heilt und rettet, der beisteht und mitgeht. Gottes Segen bringt zum Ausdruck, wie kostbar, wertvoll und liebenswert wir in den Augen Gottes sind. Er ist da und bleibt bei uns, gerade in den dunklen Stunden unseres Lebens. In seinen Händen sind wir geborgen.

B: In einem Abendlied aus Taizé wird diese bergende Nähe Gottes anschaulich beschrieben: „Bei Gott bin ich geborgen, still wie ein Kind, bei ihm ist Trost und Heil, ja hin zu Gott verzehrt sich meine Seele, kehrt in Frieden ein.“ (Psalm 131, GL Nr. 853)

A: Segnen bedeutet im Neuen Testament Gutes sagen von und zu anderen Menschen, auf Gottes heilsames Wirken vertrauen. Seinen Segen dürfen wir weiter geben an die uns Anvertrauten, indem wir sie mit dem Kreuzzeichen oder der Handauflegung segnen und ihnen Gottes Schutz und Liebe zusprechen.

B: Leben braucht Segen in unterschiedlichen Situationen: am Abend und am Morgen, an Wendepunkten, in frohen und schweren Zeiten. Manchmal schicken Eltern ihr Kind mit einem Segen auf den Schulweg. Oder Großeltern sprechen abends mit ihren Enkelkindern ein Abendgebet und verbinden den Segen mit dem Kreuzzeichen auf die Stirn.

A: Auch wir sind eingeladen, unsere Kinder, Angehörigen und Mitmenschen zu segnen und den Schatz der Liebe Gottes an sie weiter zu schenken.

So vertrauen wir uns einander an und bitten füreinander um Gottes Segen.

Alle:

Segensgebet *(im Hintergrund leise, meditative Musik)*

Gott segne dich.

Gott segne deinen Weg,
den Weg, den du schon gegangen bist
und den Weg, der vor dir liegt.

Gott segne dich und deine Lieben:

Die Menschen, die dir ganz nahestehen,
und alle, die dich tragen und für dich sorgen.

Gott segne euer Zusammensein und eure gemeinsame Zeit.

Gott segne euer Auseinandergehen und Wiedersehen.

Gott schenke euch Frieden und Freude.

Lied: GL 451, 1 – 3 Komm, Herr, segne uns oder
GL 535, 1, 2 Segne du, Maria

Quelle: Sr. Barbara Oevermann, Bistum Osnabrück / Arbeitsgruppe

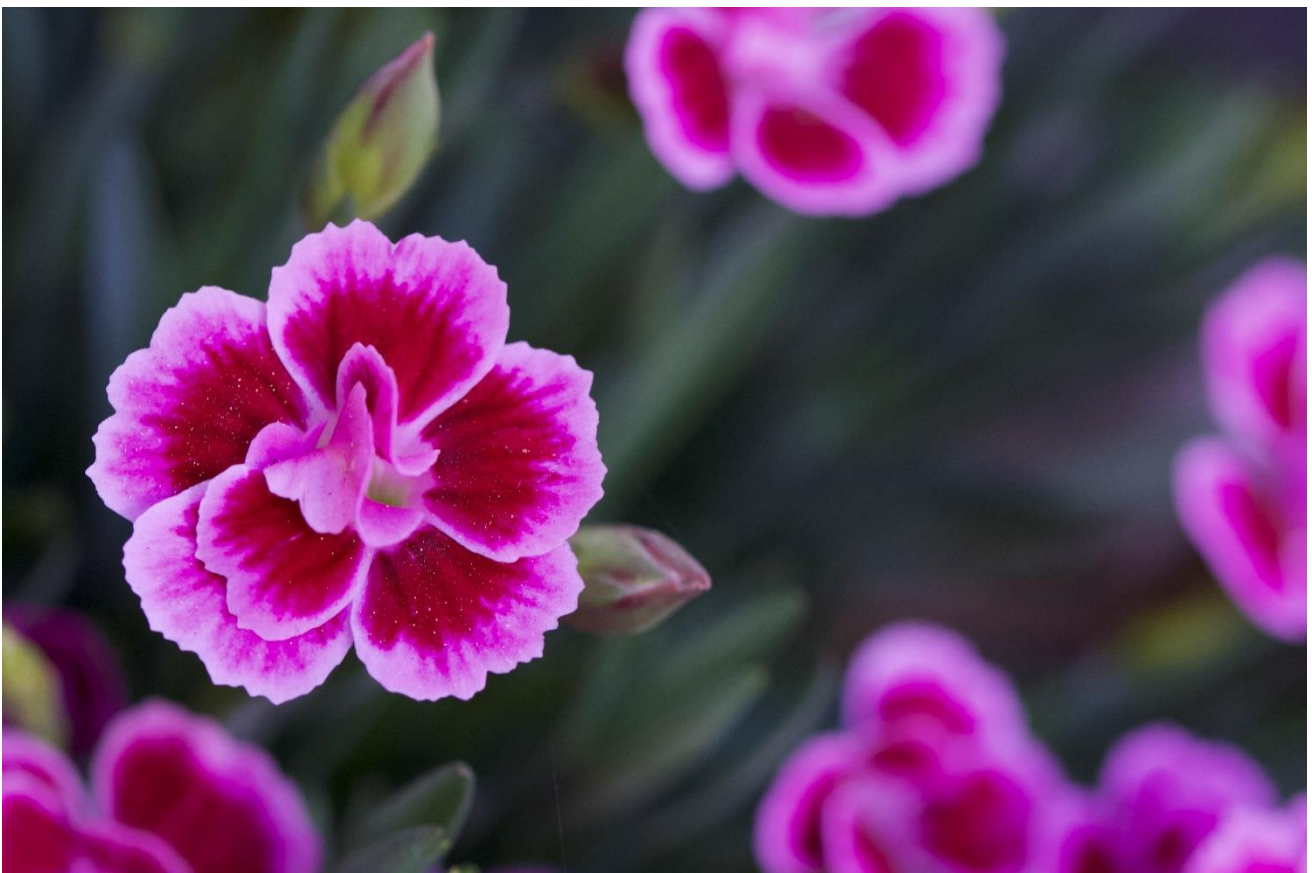


Bild – Nelke – von Stefan Bischoff aus Thuine

2.4. Andachtsthemen im Jahreskreis und Kirchenjahr

Themen für Gottesdienste, Andachten, Gesprächskreise zur Kooperation mit dem Altenheim.

Januar	Februar	März	April
<ul style="list-style-type: none"> • Segensfeier • Geh unter der Gnade • Glück & Segen • Meine Zeit steht in deinen Händen • Hl. 3 Könige • In der Taufe berufen 	<ul style="list-style-type: none"> • Eine Hand die mich hält • Einmal ein anderer sein • Mariä Lichtmess 	<ul style="list-style-type: none"> • Gott ist die Liebe • Dornenkrone • Kreuzwegandacht • Heilung eines Blinden 	<ul style="list-style-type: none"> • Hoffnungszeichen • Der gute Hirte • Mit Jesus leiden • Kreuzfeier • Alle Dinge sind möglich
Mai	Juni	Juli	August
<ul style="list-style-type: none"> • Maiandachten • Maria die Knotenlöserin • Maiandacht in der Pfingstnovene • Pfingsten und der Hl. Geist 	<ul style="list-style-type: none"> • Herz-Jesu • Auf der Suche nach dem Glück • Brot des Lebens (Fronleichnam) • Fenster: 7 Sakramente 	<ul style="list-style-type: none"> • Lasst uns Joachim & Anna ehren • Sorgen im Alltag • Der Sämann • Lass beides wachsen bis zur Ernte 	<ul style="list-style-type: none"> • Geh aus mein Herz und suche Freud • Maria im Himmel
September	Oktober	November	Dezember
<ul style="list-style-type: none"> • Er hat seinen Engeln befohlen • Mariä Geburt • Arbeiter im Weinberg • Engel-Meditation 	<ul style="list-style-type: none"> • Rosenkranz • Gott, unser Schöpfer, ist für uns da • Der Sonnengesang • Herbstdrachen 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufgehoben bei Jesus Totengedenken • Ich bleibe euer Gott • Allerheiligen 	<ul style="list-style-type: none"> • Luzia • Barbara • Macht hoch die Tür • Adventsandacht • Licht an • Maria im Dornenwald • Jesus möchte kommen

Quelle: Monika Wilker – Begleitender Dienst Altenheim St. Michael - Ostercappeln

3. Materialien und Praxisbeispiele zum Thema: Generationenverbindende Seniorenarbeit

3.1. Jahreszeiten als Symbol des Lebens



Bild – Pusteblume – von Stefan Bischoff aus Thuine

Unser Jahr ist geprägt von den vier Jahreszeiten: Im Frühling blühen die Bäume, im Sommer summen die Bienen, im Herbst fallen die Blätter und im Winter liegt Schnee - manchmal jedenfalls. Jahreszeiten sind für uns völlig selbstverständlich. Die Jahreszeiten versinnbildlichen sowohl das Vergehen der Zeit als auch die regelmäßige, endlose Wiederkehr der natürlichen Rhythmen. Sie sind sprichwörtlich geworden für die vier Lebensalter des Menschen:

Gedicht: Die Welt ist alle Zeit schön

Im Frühling prangt die schöne Welt
In einem fast smaragdnen Schein.

Im Sommer glänzt das reife Feld
Und scheint dem Golde gleich zu sein.

Im Herbst sieht man, als Opalen,
Der Bäume bunte Blätter strahlen.

Im Winter schmückt ein Schein, wie Diamant
Und reines Silber, Flut und Land.

Ja kurz, wenn wir die Welt aufmerksam sehn,
Ist sie zu allen Zeiten schön.

(Barthold Heinrich Brockes)



Bild – Frühling – von Stefan Bischoff aus Thuine

Der Frühling ist die Zeit, in der die Natur zu erwachen beginnt - und ein Symbol für Kindheit und Jugend.

Frühlingslied. Leise zieht durch mein Gemüt

1. Leise zieht durch mein Gemüt
liebliches Geläute,
klinge, kleines Frühlingslied,
kling hinaus ins Weite.

(Heinrich Heine)

2. Zieh' hinaus bis an das Haus,
wo die Veilchen sprießen;
wenn du eine Rose schaut,
sag, ich lass sie grüßen.



Bild – Sommer – von Stefan Bischoff aus Thuine

Der **Sommer** steht für Lebensfreude und eine schöne Zeit und gilt als Symbol für die Lebensmittel

Gedicht: **Mondnacht im Sommer**

Es war, als hätt` der Himmel
die Erde still geküsst,
dass sie im Blütenschimmer
von ihm nun träumen müsst.

Die Luft ging durch die Felder,
die Ähren wogten sacht,
es rauschten leis die Wälder,
so sternklar war die Nacht.

Und meine Seele spannte
weit ihre Flügel aus,
flog durch die stillen Lande,
als flöge sie nach Haus.

(Joseph von Eichendorff)

HERBST



Bild – Herbst – von Stefan Bischoff aus Thuine

Der **Herbst** kennzeichnet die Zeit des Erntens und der Vergänglichkeit und ist das Symbol für den Lebensabend.

Gedicht: Herr, es ist Zeit

Der Sommer war sehr groß.
Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren,
Und auf den Fluren lass die Winde los.

Befiehl den letzten Früchten voll zu sein;
Gib ihnen noch zwei südlichere Tage,
Dränge sie zur Vollendung hin und jage
Die letzte Süße in den schweren Wein.

Wer jetzt kein Haus hat, baut sich keines mehr.
Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben,
Wird wachen, lesen, lange Briefe schreiben
Und wird auf den Alleen hin und her
Unruhig wandern, wenn die Blätter treiben.

(Rainer Maria Rilke)

WINTER



Bild – Winter – von Stefan Bischoff aus Thuine

So wie die Natur im Winter innehält, kann der **Winter** auch für uns eine Zeit des Rückzugs, des Durchatmens und Besinnens sein.

Gedicht: Winternacht

Wie ist so herrlich die Winternacht!
Es glänzt der Mond in voller Pracht
Mit den silbernen Sternen am Himmelszelt.

Es zieht der Frost durch Wald und Feld
Und überspinnet jedes Reis
Und alle Halme silberweiß.

Er hauchet über dem See, und im Nu,
Noch eh' wir's denken, friert er zu.

So hat der Winter auch unser gedacht
Und über Nacht uns Freude gebracht.

Nun wollen wir auch dem Winter nicht grollen
Und ihm auch Lieder des Dankes zollen.
(August Heinrich Hoffmann von Fallersleben)

Liedtipp: Die Jahreszeiten eines Lebens (Reinhard Mey)

Quelle: Zusammen gestellt von Hiltrud Roelfes, Bistum Osnabrück / Arbeitsgruppe

3.2. Ideen für Generationen-Begegnungen

Anregungen zur Wahl: Postkarten-Aktion und Erzählcafés

Generationen-Begegnungen

Gut, dass es dich gibt – Postkarten-Aktion

Postkarten mit kurzen Textbotschaften oder Zeichnungen sind für Großeltern, Enkel, Kinder gleichermaßen geeignet. Sie können per Post versandt oder auch persönlich überreicht werden. Egal ob in der Familie oder im Rahmen von Gruppentreffen:

- in Kindertagesstätten und Familienzentren
- in Schulen und Seniorenheimen
- in Messdienergruppen und in Verbänden
- in Beratungseinrichtungen und Jugendagenturen

Vom Leben erzählen – Erzählcafés

In der Begegnung mit alten Menschen kommt häufig das Gespräch auf Erlebnisse und Erfahrungen, die das eigene Leben geprägt haben. Gespräche zu verschiedenen Themen können angeboten werden:

- bei Besuchen, - in einer Bücherei,- in einem Café, - im Park oder Pfarrgarten

Ein Thema für einen Erzählnachmittag kann sein: „Immer wieder sonntags ...“

Schlagwörter sind z. B.: Sonntagskleid, Sonntagsmesse, Sonntagbraten, Sonntagsausflug ...

Gemeinsam Freude haben – Kontakt und Austausch

In Verbindung bleiben mit den Menschen in meiner Umgebung

- gemeinsam Kochen, - gemeinsam Essen, - gemeinsam Feiern

Viele Verbände, wie z.B. Kolping, KAB, kfd, Kath. Erwachsenenbildung bieten entsprechende Angebote für die Begegnung verschiedener Generationen.



Bild – Dahlie – von Stefan Bischoff aus Thuine

3.3. Gemeinsamer Glaubenstag von einer Kindergartengruppe und einer Seniorengruppe

In Messingen wird der Glaubenstag der Senioren in das Frühjahr verlegt und in Kooperation mit der Kindertagesstätte gefeiert. Ansprechpartner*innen sind die Leitung und die religionspädagogischen Fachkräfte, die es in vielen Kitas gibt. Das Beispiel soll anregen, auf die Kita vor Ort zuzugehen und nach gemeinsamen Aktivitäten zu schauen.

Frühling – wachsen und gedeihen war das Motto des gemeinsamen Glaubenstages der Kindergartenkinder und der Senioren. Am 18.04.2023 besuchten alle den **Gottesdienst**, der vom Kindergarten gestaltet wurde. Anschließend gab es im Antoniushaus ein gemeinsames, reichhaltiges **Frühstück**. Nachdem sich alle gestärkt hatten, verabschiedeten sich die Kindergartenkinder mit einem **Lied** zum Frühling und einer **gestalteten Blüte** für jeden Frühstücksgast. Auch gab es für die Kinder **vorgezogene Sonnenblumen**, die noch ein wenig gepflegt und im Beet beim Kindergarten ausgepflanzt werden müssen. Im Sommer kann dann jeder die Pflanzen bewundern. Es war eine gelungene Aktion zwischen Jung und Alt, die unbedingt wiederholt werden soll.



Ablauf:

Gottesdienst in der Pfarrkirche
Vorbereitung durch Kita
Frühstück für alle im Gemeindehaus

Alles rund um die Blume:

Senioren ziehen Sonnenblumen für die Kinder
Kinder basteln Papierblumen für die Senioren

Generationenbegegnung:

- In der Kirche beim Gottesdienst
- Beim Frühstück
- Gemeinsam singen



Quelle. <https://gemeinde-messingen.chayns.site/ticker?M=117573097>
Beispiel aus St. Antonius Messingen im Dekanat Emsland-Süd

Aus der Praxis – für die Praxis: Beispiel als Anregung für andere

Gottesdienstentwurf zum gemeinsamen Glaubenstag von Kitakindern und Senior*innen (Messingen)

Lied: Unser Freund heißt Jesus Christ: Stehn wir früh am Morgen auf ...

Begrüßung / Kyrie: Gottesdienstleitung

Hinführung: Kita

Morgens, wenn wir aufwachen, recken und strecken wir uns.

Heute Morgen können wir das auch ruhig mal in der Kirche tun. Vielleicht möchten alle dies einmal machen und vielleicht müssen wir auch noch gähnen

Jeden Morgen tun wir das zuhause und wir **wünschen einander einen guten Morgen**.

Wünschen wir doch auch unserem Nachbarn heute in der Kirche rechts und links, vor und hinter uns einen guten Morgen.

Aktion: Kita

(zwischen den Texten – Lied: Alle Knospen springen auf ... 1. Str.)

So wie wir jeden Morgen erwachen, **erwacht auch die Natur** aus ihrem Winterschlaf. Die Tiere und Pflanzen erwachen aus ihrem Winterschlaf.

Der Bär reckt und streckt sich und muss ein bisschen gähnen. Auch wir können uns jetzt einmal recken und strecken wie der Bär. (*Kinder bringen einen Teddy zum Altar.*)

Die Vögel kommen zurück aus Afrika, wo es im Winter warm ist und fliegen herum. Mit unseren Armen können wir jetzt wie die Vögel flattern und fliegen. (*Kinder bringen Vögel zum Altar.*)

Die Bäume breiten ihre Äste aus und lassen die Blätter wachsen. Wir können unsere Arme jetzt auch ausbreiten und strecken wie ein Baum seine Äste. (*Kinder bringen einen Ast zum Altar.*)

Und die Blumen strecken ihre Köpfchen aus der Erde und fangen an zu blühen. Mit unseren Händen lassen wir auch Blumen wachsen und blühen. (*Kinder bringen Blumen zum Altar.*)

Dies alles geschieht scheinbar von alleine. Doch so ganz stimmt das nicht:

Gott hilft beim Wachsen!

Die Sonne erweckt die Natur zu neuem Leben. Gott gibt der Natur die Kraft zu wachsen und groß zu werden. Und Gott schenkt uns allen Kraft für das Leben, den Tieren, den Pflanzen und den Menschen.

Vertiefung: Kita

Zum Zeichen unseres **Dankes** haben wir hier vor dem Altar alles schön geschmückt. Wir wollen danken für alles Schöne, das wir beim Erwachsenwerden lernen und erleben dürfen und durften. Und wir wollen danken für das Frühlingserwachen in der Natur.

Daher stimmen wir jetzt ein in das Lied:

Lied: Wir singen alle „Halleluja“ ... 2x (dabei dürfen wir klatschen und stampfen)

Fürbitten situationsbezogen vorbereiten

Zum „**Vater unser**“ fassen wir uns an und beten gemeinsam.

Friedensgruß

Danksagung: Lied: Immer und überall ... (Vom Anfang bis zum Ende)

Segen

Schlusslied

3.4. Beten damals und heute: Großelterntreffen mit Erstkommunionkindern

In dem Wissen, dass Großeltern für Kinder wichtige Lebensweg- und Glaubensbegleiter sind, lädt die Kirchengemeinde St. Josef Hollage im Rahmen der **Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion** zu einem sogenannten „**Großelternnachmittag**“ ein.

Unter der Überschrift „**Beten damals und heute**“ erfahren die Kinder mit Unterstützung der Großeltern etwas über die Praxis des **Rosenkranzgebetes** sowie die Bedeutung einzelner darin enthaltener Gebete wie z.B. des **Vaterunsers**.

Angelehnt an die Möglichkeit, mithilfe von Perlen Gebete zu formulieren, geht es im Weiteren dann um die „**Perlen des Glaubens**“. Jung und Alt hören und sehen mittels vielfältiger Anschauungsmaterialien von dieser ursprünglich aus der evangelischen Kirche in Schweden stammenden Methode, auf das persönliche Leben mit Perlen in verschiedenen Farben und Größen zu schauen.

Ein gemeinsames Essen in Form eines Mitbring-**Picknicks** bietet nicht nur Raum für **Austausch**, sondern auch Gelegenheit, dass sich jedes Kind mit Hilfe seiner Großeltern ein entsprechendes **Perlenarmband des Glaubens** bastelt.

Zur Feier eines **Familiengottesdienstes** als Abschluss des Nachmittages sind dann auch alle Eltern und Geschwister der Erstkommunionkinder eingeladen.



Bild – Erklärung zur Bedeutung des Vaterunser-Gebet



Bild – Darstellung der Entstehung der Perlen des Glaubens

Quelle: *Annegret Bosse, Gemeindefereferentin, St. Josef Hollage im Bistum Osnabrück*

Aus der Praxis – für die Praxis: Beispiel als Anregung für andere

3.5. Maiandacht

„Maria“ – Gottesdienst „Gott erleben“ im Marienmonat Mai im Pflegeheim mit der Kindertagesstätte

Materialien:

- 6 Bilder aus dem Leben Marias (Internet: Maria - Biblische Szenen - PowerPoint für Maiandachten im Seniorenheim unter: <https://www.altenheimseelsorge.net/maria-1/maiandacht/> (alternativ in: Mit dem Kamishibai durchs Jahr)
- 12 Blumen
- Vase
- Liedzettel (Je nach Gruppe können auch weniger Bilder eingesetzt werden.)

Begrüßung und Kreuzzeichen

Lied: GL 525, 1-4 Freu dich du Himmelskönigin

Einführung:

Der Mai hat begonnen. Die Bäume und Pflanzen lassen neues Grün sprießen. Der Frühling ist da in seiner ganzen Pracht. Es grünt und blüht... Neues Leben.

Mai ist der Marienmonat. Das passt gut zusammen, denn Maria hat Jesus geboren - neues Leben.

Gebet: Gegrüßet seist du, Maria (mit Gesten)

Guter Gott, wir haben uns in deinem Namen versammelt. Du bist mitten unter uns. Mit dir begrüßen wir in diesem Gottesdienst besonders auch Maria. Wir beten gemeinsam: Gegrüßet seist du, Maria...

Gegrüßet seist du, Maria, voll der Gnade.

(die Arme in der Haltung der Offenheit ausbreiten)

Der Herr ist mit dir.

(Hände und Arme erheben)

Du bist gebenedeit unter den Frauen

(ausgebreitete Arme und Hände über dem Kopf zum Dach zusammenbringen)

Und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus.

(Hände auf den Bauch legen)

Heilige Maria, Mutter Gottes.

(Hände und Arme erheben)

Bitte für uns Sünder, jetzt und in der Stunde unseres Todes. Amen.

(Hände auf der Brust überkreuzen und sich verneigen)

Katechese

Maria hat ihren Sohn Jesus begleitet. Maria hat Jesus auf allen Wegen begleitet. Es war nicht immer leicht für Maria. Maria hat auf Gott vertraut.

Wir betrachten jetzt gemeinsam einige Stationen aus Marias Leben.

*(Jeweils mit Bild herumgehen: Bewohner*innen auf Personen, Gesichtsausdrücke, Körperhaltung achten und erzählen lassen.)*

1. Verkündigungsszene: Gabriel bei Maria

Engel Gabriel und Maria - Maria sitzt - vielleicht bereitet sie etwas vor... - Engel schaut freundlich, Maria erschrocken: unglaublich, was der Engel da sagt/Gott von ihr will...

Lied: Liebe Mutter Gottes, jetzt ist Mai. Da kommen wir Kinder mit Blumen herbei.

Wir bringen sie dir, dem Jesuskind. Gib uns deinen Segen, dass gut wir sind.

→ *parallel dazu bringen 2 Kinder 2 Blumen zur Mutter Gottes.*

Fürbitte (→ *Bild dazu zeigen*)

Maria, du bist ein Mensch wie du und ich.

Maria, du bist auserwählt, Jesus zur Welt zu bringen.

Hilf uns zu vertrauen wie du.

Liedruf: GL 525, Bitt Gott für uns, Maria.

2. Maria bei Elisabeth

Maria muss mit jemandem sprechen - besucht ihre Cousine Elisabeth, die auch ein Kind erwartet (Johannes den Täufer) - Elisabeth freut sich sie zu sehen, und Maria auch - sie haben sich bestimmt viel zu erzählen

Lied: Liebe Mutter Gottes, jetzt ist Mai. Da kommen wir Kinder mit Blumen herbei.

Wir bringen sie dir, dem Jesuskind. Gib uns deinen Segen, dass gut wir sind.

→ *parallel dazu bringen 2 Kinder 2 Blumen zur Mutter Gottes.*

Fürbitte (→ *Bild dazu zeigen*)

Maria vertraut sich ihrer Cousine Elisabeth an.

Schenke auch uns immer gute Freunde.

Liedruf: GL 525, Bitt Gott für uns, Maria.

3. Jesu Geburt

Nach 9 Monaten wird Jesus geboren - Maria freut sich - schaut ihn ganz zärtlich und gedankvoll an - hält ihn liebevoll...

Lied: Liebe Mutter Gottes, jetzt ist Mai. Da kommen wir Kinder mit Blumen herbei.

Wir bringen sie dir, dem Jesuskind. Gib uns deinen Segen, dass gut wir sind.

→ *parallel dazu bringen 2 Kinder 2 Blumen zur Mutter Gottes.*

Fürbitte (→ *Bild dazu zeigen*)

Maria, du hast uns Jesus geboren, damit wir Gottes Liebe erfahren. Hilf uns, dass wir immer füreinander da sind.

Liedruf: GL 525, Bitt Gott für uns, Maria.

4. Flucht nach Ägypten

Josef und Maria auf der Flucht vor König Herodes - er hatte von der Geburt eines neuen Königs gehört - eifersüchtig - ließ das Kind suchen, um es zu töten...

Aber Maria und Josef können es beschützen... - Gott hat ihnen geholfen.

Lied: Liebe Mutter Gottes, jetzt ist Mai. Da kommen wir Kinder mit Blumen herbei.

Wir bringen sie dir, dem Jesuskind. Gib uns deinen Segen, dass gut wir sind.

→ *parallel dazu bringen 2 Kinder 2 Blumen zur Mutter Gottes.*

Fürbitte (→ *Bild dazu zeigen*)

Auch heute müssen viele Menschen flüchten.

Hilf uns, dass wir ein sicheres Zuhause behalten.

Liedruf: GL 525, Bitt Gott für uns, Maria.

5. Maria erzieht Jesus

Jesus war ein Kind wie du und ich - mit anderen Kindern gespielt - Maria war für ihn da - hat für ihn gesorgt - mit ihm gelacht, geweint, erzählt...

Lied: Liebe Mutter Gottes, jetzt ist Mai. Da kommen wir Kinder mit Blumen herbei.

Wir bringen sie dir, dem Jesuskind. Gib uns deinen Segen, dass gut wir sind.

→ *parallel dazu bringen 2 Kinder 2 Blumen zur Mutter Gottes.*

Fürbitte (→ *Bild dazu zeigen*)

Wir bitten für alle Väter und Mütter,
dass sie herzensgut zu ihren Kindern sind.

Liedruf: GL 525, Bitt Gott für uns, Maria.

6. Der zwölfjährige im Tempel

Josef und Maria haben besorgte und ernste Gesichter – Jesus war verschwunden – großes jährliches Fest in Jerusalem – Jesus blieb im Tempel – wollte von Gott hören und diskutieren, die Schriften lesen...

Lied: Liebe Mutter Gottes, jetzt ist Mai. Da kommen wir Kinder mit Blumen herbei.

Wir bringen sie dir, dem Jesuskind. Gib uns deinen Segen, dass gut wir sind.

→ *parallel dazu bringen 2 Kinder 2 Blumen zur Mutter Gottes.*

Fürbitte (→ *Bild dazu zeigen*)

Maria, ihr habt euch Sorgen um Jesus gemacht.

Hilf uns, dass wir in unseren Ängsten nicht verzweifeln.

Liedruf: GL 525, Bitt Gott für uns, Maria.

Schlussgebet

Liebe Maria, Mutter Gottes, du bist die Mutter von Jesus.

Du hast Jesus lieb gehabt genauso wie uns unsere Mutter lieb hat.

Auch wir haben unsere Mutter und dich lieb. Amen.

Segen

Guter Gott,

Wir danken dir für Menschen wie Maria.

Maria lässt uns spüren, dass du da bist.

Gehe du mit uns in den heutigen Tag.

+++ Im Namen des Vaters...

Schlusslied

Lied: GL 534, 1, 2, (4) Maria breit den Mantel aus oder

Lied der Kitakinder: Heilige Maria, sei begrüßt! Wir freuen uns,
dass du unsere Mutter bist. Mit Liedern und Blumen
bringen wir dir, Mutter im Himmel, den Dank dafür.

Quelle: Waltraud Kipp *Altenpflegepastoral im Bistum Osnabrück –
Seelsorge in der Caritas Nordkreis Pflege*

3.6. Erzählcafés – ein „Alt-Jung-Projekt“ im Rahmen der Firmvorbereitung

Die Projektidee

Die Firmlinge im Pfarrverband Bornheim-Vorgebirge waren eingeladen im Rahmen der Firmvorbereitung an einem religiösen oder einem sozialen Projekt teilzunehmen.

Das soziale Projekt bezog sich auf die Begegnung von Jung und Alt. Um den Dialog zwischen den Generationen zu fördern, gab es „Erzählcafés“, zu denen die Firmlinge in Kommunikation mit den älteren Menschen aus dem Ort kamen. Hierzu besuchten sie die Seniorenkreise im Pfarrverband.

„Wenn Du keinen alten Menschen zu Hause hast,
so leih Dir einen.“

(aus Griechenland)



Jung braucht Alt und umgekehrt. Alte Menschen verfügen über Wissen, Erfahrungen, Fähigkeiten, Kompetenzen und Ressourcen. Junge Menschen können im Gespräch mit Senioren viel über die Vergangenheit erfahren. Der Dialog zwischen Jung und Alt ist in der Regel aber mehr als bloßes Erinnern - es werden Lebenserfahrungen ausgetauscht, Tipps weitergegeben und gegenseitig Mut gemacht. Für Jugendliche kann der Austausch mit Senioren eine Orientierungshilfe im eigenen Leben bedeuten.

Vorbereitung und Vorstellung des Projektes

- a) Vorstellung der Projektidee in den einzelnen Seniorenkreisen
- b) Vorstellung des Projektes im Rahmen der ersten Katechetentreffen
- c) Vorstellung des Projektes an den Infoabenden für die Firmlinge

Vorbereitungstreffen für die Erzählcafés

Ablauf der Treffen:

- Vorstellungsrunde (Name, Ort, welche Kontakte habe ich zu älteren Menschen? Welches Interesse habe ich an dem Erzählcafé?)
- Erklären der Methode „Erzählcafé“
- Sammeln von Fragen für die Gespräche
- Überlegungen zur Dokumentation der Nachmittage
- Organisatorisches (Aufteilung der Firmlinge, Terminabsprachen, Entschuldigungen bei Unterrichtsausfall, ...)
 - o Dauer: circa $\frac{3}{4}$ Stunde

Die Treffen waren gut besucht. Es bestand Interesse an dem Dialog mit den Älteren. Auf die Frage nach dem Kontakt zu älteren Menschen benannten die meisten Jugendlichen ihre Großeltern. Vereinzelt Firmlinge hatten ihr Praktikum in Seniorenheimen gemacht.

Aus dem vorgeschlagenen Fragenkatalog wurden die Fragen ausgewählt, die die Jugendlichen passend fanden. Einige der Fragen waren ihnen zu persönlich oder sie gefielen ihnen nicht. Einige Fragen kamen dazu:

- Was haben Sie in Ihrer Jugend gemacht?
- Was ist Ihre Lieblingsfernsehsendung?
- Sind Sie zufrieden mit Ihrem Leben?
- Was sind Ihre Hobbies?

- Welche Hobbies hatten Sie früher? Welche Hobbies haben Sie jetzt?
- Wie geht es Ihnen?
- Wie lange kommen Sie schon in den Seniorenkreis?
- Wie war früher die Schule?
- Was war Ihr Beruf?
- War das Ihr Traumberuf?
- Wo waren Sie in Urlaub?
- Wann hatten Sie zum ersten Mal in Ihrem Leben etwas zu viel getrunken?
- Was für einen Sport haben Sie früher gemacht?

Durchführung der Erzählcafés

Die Firmlinge fanden sich in den Seniorenkreisen ein und verteilten sich an den Tischen. Es gab ein gemeinsames Kaffeetrinken und Kuchenessen. Danach erfolgte eine Begrüßung, eine Vorstellung und eine Erklärung zu dem Firmprojekt und zum Ablauf des Nachmittages.

Als Einstieg wurde die Geschichte „Das perfekte Herz“¹ vorgelesen. Im Anschluss daran gingen die Jugendlichen mit den vorbereiteten Fragen in die Gespräche mit den Senioren.

Zum Abschluss hielt jede Tischgruppe auf vorbereiteten Papierherzen fest, was im Gespräch besonders interessant oder schön war. Diese Rückmeldungen wurden dann von den Jugendlichen und / oder den Senioren den anderen mitgeteilt.



Quelle: *Annegret Kastorp, Fachdienst Gemeindecaritas Rhein Sieg, Meckenheim:*
annegret.kastorp@caritas-rheinsieg.de

¹ aus dem Handbuch „LebensAlter. Alter leben! Ein Handbuch für Ehrenamtliche“ von Das Netzwerk von Ehrenamtlichen, CKD. Zu finden unter <https://www.ckd-netzwerk.de/bundesprojekte/aktuelle-bundesprojekte/jahreskampagne-2018/2010/lebensalter.-alter-leben/lebensalter.-alter-leben>.

3.7. Gemeinsames Singen mit den Großeltern und ihren Enkelkindern: Ein generationsübergreifendes Projekt in der Kita

Was?

Gemeinsames Singen mit den Großeltern und ihren Enkelkindern – ...unterbrochen von kleinen Geschichten, Bewegungsspiel, Gedichten, biblische Erzählungen, Gebet... in Anlehnung an die jeweilige Jahreszeit

Wer?

Großeltern mit ihren Enkelkindern. In deren Kita werden sie durch die Pastoralen Mitarbeiter in spielerischer Art angeregt in Kontakt zu treten – Gemeinschaft zu haben, denn: Musizieren ist gut für die Seele!

Kurzbeschreibung:

Aus dem Pastoralteam ist ein Tandem verantwortlich, aus der Seniorenpastoral / Kitapastoral. Die Großeltern werden durch die Kita schriftlich / digital zum Angebot: Gemeinsames Singen mit den Enkelkindern, zum jeweiligen Ende des Kita-Tages eingeladen (zur Zeit des Abholens – meistens 14:30h/15:00h).

Sie bleiben zur gemeinsamen Singzeit (für ca. 30 Minuten) im Bewegungsraum/im Sommer auch gern draußen:

- Sitzordnung: Stuhlkreis

- Beginn: Begrüßung

Lied-Ritual: In unsrer Mitte brennt ein helles Licht

Es sagt uns allen: „Fürchtet euch nicht“.

Ich will mit meinem hellen Schein

bei euch Kindern (Großeltern) allen sein.

... weitere Inhalte zur Jahreszeit ... mal alte Lieder, die die Großeltern den Kindern vorsingen/gemeinsam singen ... mal neue Lieder, die die Kita-Kinder vorsingen und dann gemeinsam gesungen werden, Geschichten / Bewegungsspiele im Wechsel, biblische Geschichten mit Segnungselementen, Gebet ...

Zum Abschluss: ggfs. einige Infos für die Seniorenpastoral in der Pfarrgemeinschaft – Mut machen, dass Großeltern von ihrem religiösen Erfahrungsschatz, von ihren Glaubenserfahrungen ihren Enkelkindern erzählen

- Abschlusslied: -Wunsch der Kinder aufgreifen-

Das niederschwellige Angebot wird sehr gern von den Großeltern angenommen. So öffnet sich die Kita für die Senioren und macht beide Altersgruppen füreinander sensibel – vor allem haben sie viel Spaß miteinander, die Singstimme wird gefördert und die Beziehung gestärkt.

Ressourcen & Material

Kett-Tücher, farbige Tücher, Materialien – die die Geschichten u. Lieder unterstreichen, kleine Fingerglöckchen / Klanghölzer / Rasseldosen ... um instrumentale Begleitung der Kinder zu fördern.

Tipps – Varianten

- Einladungsflyer können über die Kitakinder verteilt werden oder auch auf digitalem Weg zu den Eltern gelangen. Diese geben sie weiter an die Großeltern.
- Falls keine Großeltern kommen können, sind Eltern herzlich dazu eingeladen.
- Liedkopien als Faltblatt erstellen – muss aber nicht sein!

- Nur z. T. Gitarrenbegleitung. Z.T. ist es gut, die Hände für die Bewegungen frei zu haben: klatschen, schnipsen, mit dem Chiffontuch winken....
- Gut ist es, für beide Altersgruppen auch bekannte Lieder mit ins Programm zu nehmen!

Praxisorte mit Kontakt zur Info:

In allen fünf Kitas der Pfarreiengemeinschaft Freren wird das Treffen ca. 2 x jährlich angeboten

Bemerkungen:

Es ist gut, mit diesem niederschweligen Projekt Generationen zu verbinden und füreinander zu sensibilisieren; es ist gut, dass in großer Gemeinschaft! (30-60 Personen, je nach Größe der Kita) Großeltern spüren, dass es dem Pastoral-Team der Kita wichtig ist: Wir können vor Ort Gesicht zeigen und fördern, dass Generationen voneinander lernen können.

Quelle: Anneliese Heymann, Pfarrgemeinschaft-Freren im Bistum Osnabrück



Bild – Rose – von Stefan Bischoff aus Thuine

Aus der Praxis – für die Praxis: Beispiel als Anregung für andere

3.8. Rad-Fahr-Gruppe und Wandergruppe

Seit dem Jahre 2018 organisiert die **Kerngruppe 60+** der Pfarreiengemeinschaft Freren **wöchentliche Fahrradtouren von April bis Oktober**. Die Touren umfassen ca. 20 – 23 km. Es wird in gemütlichem Tempo gefahren mit einer Pause nach der Hälfte der Tour. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen sind ca. 55 bis ca. 80 Jahre alt. Es sind immer neue Interessierte herzlich willkommen. Treffpunkt für die Gruppe ist der Parkplatz bei der Pfarrkirche St. Georg in Thuine jeweils am Mittwoch um 16.30 Uhr. Rückkehr gegen 18.00 Uhr.

An jedem **letzten Mittwoch des Monats wird eine größere Tour von ca. 40 – 45 km vorbereitet**. An dem jeweiligen Mittwoch ist der Start dann bereits um 14.30 Uhr am o.g. Treffpunkt. Jede/r bringt selbst Proviant mit (Kaffee, Kuchen, Getränke) für die gemütlichen Pausen. Rückkehr gegen 18.00 Uhr.

Ebenfalls seit dem Jahre 2018 bieten wir in den Wintermonaten (November bis März) wöchentliche einstündige **Wanderungen durch den Thuiner Wald** an. Es werden immer wieder neue Wege erkundet und es finden angeregte Gespräche während des Gehens durch den Wald statt.

Ansprechpartner und Organisation:

Heinz und Elisabeth Bischoff aus Thuine



Bild – Gerste – von Stefan Bischoff aus Thuine

Quelle: Heinz und Elisabeth Bischoff aus Thuine und Anneliese Heymann, Pfarrgemeinschaft Freren im Bistum Osnabrück

Aus der Praxis – für die Praxis: Beispiel als Anregung für andere

3.9. Citypastoral in Lingen – Kirche mitten in der Stadt

Ein Ort für Begegnung der Generationen und für ein Miteinander

Kirche kommt aus alten Zeiten, meinen heute viele. In der Tat ist der christliche Glaube gut 2000 Jahre alt. Zu alt für urbane Zeitgenossen? Soll man die Kirche lieber im Dorf lassen, wie es sprichwörtlich heißt?

Dagegen spricht: das Christentum hat sich anfangs in der Metropole Jerusalem etabliert. Paulus zieht als Pionier mit der christlichen Botschaft in die ganze Welt und gründet erste Gemeinden in den damaligen Handelsstädten. Auf Marktplätzen interessiert er sich für die Überzeugungen der Städter und bringt Jesus Christus ins Gespräch. Das macht Furore, weckt Abwehr und Begeisterung. „Da stellte sich Paulus in die Mitte des Areopags. Auf dem Markt sprach er täglich mit denen, die er gerade antraf.“ (Apostelgeschichte 17, 22;17) Der Areopag ist ein nordwestlich der Akropolis gelegener Felsen mitten in Athen.

Wir von der Lingener Citypastoral stellen uns zwar nicht direkt auf den Marktplatz und halten dort Ansprachen. Aber wir haben einen „Begegnungsraum“ mitten in der Innenstadt, in der Fußgängerzone mit Blick zum Marktplatz. Mit unseren Angeboten ergänzen und erweitern wir die vielfältigen Angebote der Kirchengemeinden. Mitten in der Stadt sind wir präsent und eine **kirchliche Kontaktfläche für alle Generationen**, die in die Stadt hineinwirkt. Auch in den Städten Bremen, Osnabrück, Nordhorn und Lingen ist das so. Das Bistum Osnabrück bietet also Citypastoral bisher an fünf Standorten an.

Der Mensch, ganz gleich wer, steht im Mittelpunkt dieser citypastoralen Angebote. Die Grundhaltung dieser Orte ist geprägt durch eine gastfreundschaftliche Willkommenskultur, die in der Haltung Jesu den Menschen mit Interesse und Wertschätzung begegnet. Es gilt hier, die „Kostbarkeit des Augenblicks“ zu würdigen.

In der Spur Jesu versteht sich die Citypastoral im Bistum Osnabrück als christliche Dienstleisterin: „Was willst du, dass ich dir tue?“ (Lk 18,41) Nach Innen heißt das: Die citypastoralen Orte sind Verweilorte und Ankerplätze. Jeder Gast erhält hier vielfältige Informationen zu den kulturellen, gesellschaftlichen wie kirchlichen Angeboten der Stadt, seelsorgliche Aufmerksamkeit und darf bei einer Tasse Kaffee einfach auch nur da-sein. Wir sind Anlaufstelle für Menschen jeden Alters, jeden Glaubens, für Suchende, Fragende, Einsame, Touristen und Passanten, die im Trubel der Stadt kurz zur Ruhe kommen möchten. In unserem Begegnungsraum sind Menschen – ehrenamtliche und hauptamtliche Personen - erreichbar und haben Zeit. Hier können Gäste etwas erfahren oder auch etwas loswerden von dem, was ihnen auf der Seele liegt.

Nach Außen sind die citypastoralen Orte eingebunden in ein örtliches städtisches **Netzwerk**. Sie sind als Kooperationspartner ein Akteur unter vielen und damit zugleich auch ein kirchlicher Gesprächspartner auf Augenhöhe. Zahlreiche Projekte, Aktionen, Veranstaltungen und Gottesdienste führen wir mit unterschiedlichen Partnern durch. Dazu gehören unter anderem der Hospizverein, das Forum Juden Christen, der Naturschutzbund, das Foodsharing-Team, der Verein Frauen helfen Frauen, der Kunstverein und die Kunsthalle. Ein **Beispiel**: Seit einigen Monaten bieten wir in Lingen einen „**Weg der Tugenden**“ an. Auf dem Weg lernen die Besucherinnen und Besucher nicht nur verschiedene Facetten und schöne Orte von Lingen kennen, sondern sie erhalten zudem Impulse zu den Tugenden Gerechtigkeit, Hoffnung, Tapferkeit, Liebe, Mäßigung, Klugheit und Glaube. Und sie kommen mit anderen über Werte und Haltungen ins Gespräch. Der „Weg der Tugenden“ führt an markante Orte, die einen ganz bestimmten Bezug zu der ihnen zugeordneten Tugend haben. An allen Stationen befinden sich großformatige Kunstwerke von renommierten Künstlerinnen und Künstlern aus der Region. **Führungen können jederzeit angefragt werden (www.dekanat-el-sued.de – Projekt Tugenden).**

In der Citypastoral im Bistum Osnabrück wird innovative Pastoral lebendig. Hier darf ausprobiert werden. Die Citypastoral ist Erzähl-Café, Ansprech-Bar, Kooperationspartnerin, Vernetzerin. Sie bietet Ausstellungen, Vorträge und Diskussionsveranstaltungen zu diversen gesellschaftspolitischen und kirchlichen Themen, kulturelle Veranstaltungen, spirituell-meditative und liturgische Angebote und vieles mehr an. Auch hier nur ein **Beispiel**. Einmal im Monat sind Gäste eingeladen, an einer **Mittagspause „gewürzt“ mit Zuversicht** im Café am Markt in Lingen teilzunehmen, also mitten in der Stadt. Während des Mittagessens trägt eine Person Texte vor, die ihr Zuversicht geben, das Vertrauen ins Leben stärken. Mal liest der Bürgermeister, mal der Landrat, der Bischof oder auch der Polizeikommissar, die Buchhändlerin oder die Bestatterin. Anschließend folgt ein kurzer Austausch über das, was nachklingt. Die Texte, aber auch das gemeinsame Essen tut den Teilnehmenden immer sichtbar gut. Die bisherigen 5 citypastoralen Standorte haben neben dem gemeinsamen Grundverständnis ein je eigenes Profil. Allen gemeinsam ist, dass Kirche zu den Menschen kommt und sich gleichzeitig dorthin begibt, wo Menschen sich in ihrem Alltag aufhalten. **Schauen Sie gerne einmal vorbei**. Und wenn Sie mitarbeiten möchten, melden Sie sich gerne. Kontaktadressen finden Sie unter: <https://bistum-osnabrueck.de/citypastoral> .





Burgstraße 21 c
 49808 Lingen (Ems)
 Tel.: 0591 96497221
E-Mail:
 holger.berentzen@bistum-osnabrueck.de

Bilder – Klugheit: Kunstwerk zur Tugend „Klugheit“ – Weg der Tugenden – von Holger Berentzen

Quelle: Holger Berentzen, Dekanatsreferent, Lingen

4. Texte

4.1. Simeon

nacht für nacht
ein ganzes leben
der blick nach oben
zu den sternern
immer wieder
suchst du zukunft
und das heil
welches ewig schon
uns zugesagt
nicht entmutigt dich
der spott der lacher
die lange schon
den blick gesenkt
nicht hält dich fest
die dunkle kälte
sehrend zieht es dich
ins freie
hoffnung ist
was dich beseelt
nicht genug
ist dir der alltag
ohne ziel vertan der weg
kraft ziehst du
aus tausend sternern
gottes funkelnden versprechen
bis das licht
in deinen händen
fast zu schnell
um zu begreifen
immer
hast du es
erhofft
gewusst

*Quelle: Thomas Schlager-Weidinger,
verwand(el)te seelen. theopoetische annäherun-
gen an 55 biblische gestalten,
Würzburg 2015 (ISBN 978-3-429-03848-9)*

4.2. Erhalte mich liebenswert

O Herr, du weißt besser als ich, dass ich von Tag zu Tag älter und eines Tages alt sein werde. Bewahre mich vor der Einbildung, bei jeder Gelegenheit und zu jedem Thema etwas sagen zu müssen. Erlöse mich von der großen Leidenschaft, die Angelegenheiten anderer ordnen zu wollen. Lehre mich, nachdenklich. aber nicht grüblerisch, hilfreich, aber nicht diktatorisch zu sein.

Bei meiner ungeheuren Ansammlung von Weisheit erscheint es mir ja schade, sie nicht ständig weiterzugeben - aber du verstehst, Herr, dass ich mir ein paar Freunde erhalten möchte.

Bewahre mich vor der Aufzählung endloser Einzelheiten und verleihe mir Schwung, zur Pointe zu gelangen.

Lehre mich schweigen über meine Krankheiten und Beschwerden. Sie nehmen zu - und die Lust, sie zu beschreiben, wächst von Jahr zu Jahr. Ich wage nicht, die Gabe zu erflehen, mir Leidensberichte anderer mit Freude anzuhören, aber lehre mich, sie geduldig zu ertragen.

Lehre mich die wunderbare Weisheit, dass ich mich irren kann.

Erhalte mich so liebenswert wie möglich. Ich möchte kein Heiliger sein - mit ihnen lebt es sich so schwer-, aber ein alter Griesgram ist das Krönungswerk des Teufels.

Lehre mich, an anderen Menschen unerwartete Talente zu entdecken, und verleihe mir, o Herr, die schöne Gabe, es ihnen auch zu sagen.

Quelle: Teresa von Avila

4.3. Ich bin das Rotkäppchen

Ich bin das Rotkäppchen komme mit Wein und Kuchen
und wollte die Großmutter besuchen.

Doch wie ich so geh durch den Wald zu dem Haus
seh' ich gleich, die Großmutter ist aus.

Die Garage ist offen, der Wagen ist fort,
stimmt', heut ist Montag, da hat sie ja Sport
Sie macht Aerobic von 9 bis 10
danach schwitzt sie in der Sauna schön.

Auch Dienstag und Mittwoch sind ausgebucht
da sie Kurse der Volkshochschule besucht
Englisch, Spanisch, Malen und Stricken
dazu noch Yoga – gut für den Rücken.

Am Donnerstag – oh gütiger Vater
probt sie für das Seniorentheater.

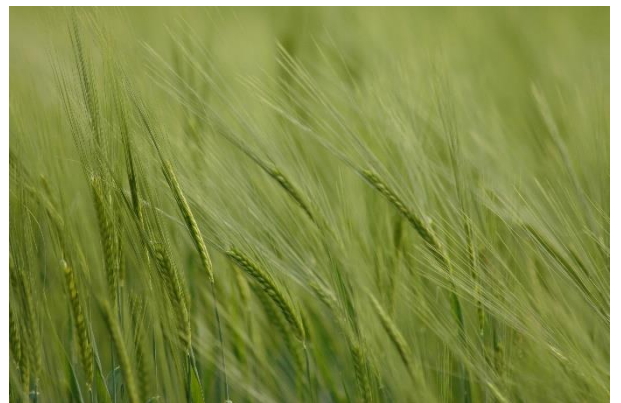
Freitags ist Treffen – Gesangsverein
am Samstag schwingt sie beim Volkstanz das Bein.

Am Sonntag an der Tür ein Zettel nur
bin mit dem Wanderklub in der Natur.

Und käme der Wolf mal vorbeigeschlichen
im nächsten Moment wär er verblichen
Oma macht Karate-Kurs Nummer 10
,nen Schlag auf die Schnauze würde der nicht überstehn.

Nun stell ich ihr hin, was ich ihr mitgebracht
heut kommt sie nicht wieder vor Mitternacht
Großmütter von heute sind aus besondrem Holz
und ich – das Rotkäppchen von heute –
bin auf meine Großmutter ganz stolz.

Quelle: <https://www.feiern1.de/gedichte/lustige-gedichte/rotkaeppchen-heute-s2556.html>



Bilder – Wassertropfen, Gerste im Sommer,
Gerste bei Nacht – von Stefan Bischoff aus Thuine

4. Bildungstipps für Menschen im 3. & 4. Lebensalter im Bistum Osnabrück

5.1. Fortbildung für Engagierte in der Seniorenarbeit

Demenzfreundliche Kirchengemeinde

27.04.2024, 9:30 -14:00 Uhr

Ort: Kath. Kirchengemeinde St. Josef Laxten
Lengericher Straße 22 a
49809 Lingen (Ems)

Kontakt: Kath. Erwachsenenbildung Emsland Süd e. V.
Gerhard-Kues-Straße 16
49808 Lingen (Ems)
Tel.: 0591 6102252
E-Mail: lingen@keb-emsland.de



„Sehen was ist,
machen was geht...“ –
mit Leichtigkeit zur
demenzfreundlichen Kirchengemeinde»

„**Demenz**“ hat Zukunft. Sie trifft und betrifft Familien, Nachbarschaften, Freundeskreise, Stadtprojekte und auch Kirchengemeinden. Es liegt an uns, uns auf diese Veränderungen einzulassen, Zugangswege zu schaffen und Orte guten Lebens zu gestalten, in denen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen selbstverständlich und mittendrin ihren Platz haben. Wir forschen nach, wie dieser Weg leichter gelingen kann. Praxisnah, handlungsorientiert und mit heilsamer Trotzskraft wollen wir Menschen mit Demenz als Gemeindeglieder entdecken, die nicht nur spezielle Bedürfnisse zeigen und Aufgaben wecken, sondern uns etwas zu geben haben.

Workshopangebote:

1. *All inclusive“ – Konkrete Bedingungen, die das Gemeindeleben für Menschen mit und ohne Demenz erleichtern*
2. *Inklusive Gottesdienste – Bedenken und Gedanken*
3. *Bestandsaufnahme Raumgestaltung (Kirche, oder Pfarrheim, Barrieren für Demenzkranke)*
4. *Besuchsdienste achtsam gestalten*

Referentin: Antje Köhler, Demenzsensible Kirche, Köln

Leitungen: G. Bolmer, A. Heymann, I. Kathmann

Kooperationspartner:

Bistum Osnabrück

und

Dekanat Emsland Süd

Seelsorge für Menschen im 3. & 4. Lebensalter



5.2. Bildungshäuser des Bistums Osnabrück bieten Angebote für Senior*innen



Kath. Familien-Bildungsstätte e.V.

Große Rosenstraße 18
49074 Osnabrück

Tel.: (0541) 35868-0

Fax: (0541) 35868-20

E-Mail: info@kath-fabi-os.de

Homepage: www.kath-fabi-os.de

Angebote: Tanzen, Yoga, Pilates, Gymnastik, Wandern, Entspannungsübungen, Literatur-, Museums und Philosophiekurse, thematische Stadtführungen, Smart am Smartphone, Großelternpatenschaften, gemeinsames Kochen, kfd-Frauen-Café, Sonntagstreff für Trauernde, Englisch Club für Senior*innen



Kath. Arbeitsgemeinschaft für Erwachsenen- und Familienbildung im Landkreis Grafschaft Bentheim e. V.

Steinmaate 2
48529 Nordhorn

Tel.: 05921 89910

E-Mail: anmeldung@fabi-nordhorn.de

Homepage: www.fabi-nordhorn.de

Angebote: Vorträge (z. B. Vorsorgeverfügung, Patientenverfügung, Leben nach dem Tod, Achtsamkeit, Gesunde Ernährung), Seminare: Kirche – gehen oder bleiben?, Gesprächskreis „Lebensqualität im Alter“, Gedächtnistraining, Fitness / Gymnastik, Krafttraining 50 plus, Tanzen, Aquafitness, gemeinsames Kochen, Angebote für Großeltern und Enkelkinder



Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Osnabrück

Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 35868-71

E-Mail: info@keb-os.de

Homepage: www.keb-os.de

Kath. Erwachsenenbildung Aschendorf-Hümmling und Ostfriesland e.V.

Am Markt 6, 49751 Sögel

Tel.: 05952 1556

E-Mail: soegel@keb-emsland.de

Homepage: www.keb-soegel.de

Kath. Erwachsenenbildung Emsland Mitte e.V.

Nagelshof 21 B, 49716 Meppen

E-Mail: meppen@keb-emsland.de

Homepage: www.keb-meppen.de

Kath. Erwachsenenbildung Emsland Süd e.V.

Gerhard-Kues-Straße 16, 49808 Lingen (Ems)

Tel.: 0591 6102-252

E-Mail: bolmer@keb-emsland.de

Homepage: www.keb-lingen.de



Angebote:

Seniorenkreis „Leben, Loben, Lachen“, Yoga, Qui Gong, Vorträge (z. B. Fit durch die Erkältungszeit, Aufräumen im Alter, Leben mit der Klimakrise), Mit Bewegung fit bleiben, Gedächtnistraining, Treffen für Trauernde, Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – kfd, Digitaler Kompass, Glaubensgesprächskreis



Kolping

Diözesanverband
Osnabrück

Kolping-Diözesanverband Osnabrück

Kolpingstraße 5
49074 Osnabrück

Tel.: 0541 33809

Fax: 0541 33809-23

E-Mail: info@kolping-os.de

Homepage: www.kolping-os.de



Kolping

Bildungshaus
Salzbergen

Kolping-Bildungshaus-Salzbergen e.V.

Kolpingstraße 4

48499 Salzbergen

Tel.: 05976 9494-0

Fax: 05976 9494-26

E-Mail: info@kbs-salzbergen.de

Homepage: www.kbs-salzbergen.de

Angebote: Großeltern bzw. Opa-Enkel-Wochenende, Frühlingserwachen – Woche für Jungsenioren und Senioren, Auszeit im Advent, Entspannt alt werden – gut vorgesorgt, Fahrrad-Wallfahrt, Tage für Alleinlebende



Ludwig-Windthorst-Haus

Katholische-Soziale-Akademie

Gerhard-Kues-Straße 16

49808 Lingen (Ems)

Tel.: 0591 6102-0

Fax: 0591 6102-135

Homepage: www.lwh.de

Angebote: Fortbildungen für Betreuungskräfte in Pflegeheimen nach § 43b-SGB XI (z. B. zu den Themen Gedächtnistraining und Demenz)



HAUS OHRBECK

Bildungsstätte Haus Ohrbeck e.V.

Am Boberg 10

49124 Georgsmarienhütte

Telefon: 05401 336-0

Fax: 05401 336-66

E-Mail: info@haus-ohrbeck.de

Homepage: www.haus-ohrbeck.de

Angebote: Ausbildung zur/zum Trauerbegleiter*in, Achtsam kommunizieren, Feldenkrais, Achtsamkeitsübungen, „Gemeinsam statt einsam“-Mittagessen mit vorherigem Gespräch



Katholische **Landvolk
Hochschule** Oesede

Katholische LandvolkHochschule Oesede

Gartbrink 5

49124 Georgsmarienhütte

Tel.: 05401 8668-0

E-Mail: info@klvhs.de

Homepage: www.klvhs.de

Angebote: Wandern, Yoga und Wandern mit Übernachtung, Seminar für ältere Frauen – Gemeinsam glücklich, Seniorentanzwochenende, Vorträge (z. B. Datenschutz im Verein)

5.3. Religionspädagogische Medienstelle

„Hier ist ja eine richtige Schatzkammer! Und das kann ich alles kostenlos ausleihen? Warum wusste ich nicht früher, dass es euch gibt?“



So oder ähnlich reagieren viele Kund:innen, die das erste Mal in eine unserer drei Medienstellen in Osnabrück, Lingen oder Papenburg kommen und von der Material- und Medienfülle beeindruckt sind.

Dabei gibt es die Diözesanmedienstelle Osnabrück mit den dazugehörigen Religionspädagogischen Arbeitsstellen im Bistum Osnabrück bereits seit fast 50 Jahren.

Unsere Medienstellen haben sich bei den Nutzer:innen mittlerweile als kompetente Anlaufstellen für Fragen zur Religionspädagogik, Unterrichtspraxis, Pastoral und Medienbildung profiliert, in der individuell beraten und fundiert unterstützt wird.

Neben bedarfsorientierten und themenspezifischen Führungen finden in den Medienstellen dabei auch praxisbezogene Fortbildungen und Werkstätten zu religionspädagogischen, didaktisch-methodischen und medienpädagogischen Themen in Religionsunterricht, Kindertagesstätten, Gemeindeförderung, Erwachsenenbildung sowie Jugend- und Seniorenarbeit statt.

Mit großer Freude greifen die Kund:innen dabei auf unser umfangreiches Verleihangebot zurück: Neben religionspädagogischen Arbeitsmaterialien (Bildmaterial, (Vorlese-)Geschichten, Gottesdienstmodelle/ Andachten, Praxisanregungen, Unterrichtsvorschläge, Erlebnispädagogische Spiele usw.) sowie theologischer und didaktischer Fachliteratur bzw. Fachzeitschriften bieten wir – im Gegensatz zu einer klassischen Fachbereichsbibliothek – auch eine Vielzahl an haptischen Materialien (biblische Erzählfiguren, Erzählschienen/ Kamishibais, Wende- und Handpuppen, Flanellbilder, begehbare Israelkarte, Bibelschrank oder Arche Noah aus Holz) und zahlreiche Filme mit Handreichungen und pädagogischem Begleitmaterial (online über das Medienportal der evangelischen und katholischen Medienzentralen oder auf DVD) an. Eine Übersicht unserer Medien zur demenzsensiblen Pastoral und Seniorenarbeit haben wir am Ende der Seite für Sie zusammengestellt.

Sehr beliebt sind insbesondere unsere Medienkoffer zu Themen wie Weltreligionen, Kirchenpädagogik, Arche Noah, Bibel oder „Vergissmeinnicht“ (Sterben & Tod, Bestatten & Trauern). Speziell zum Thema Demenz haben wir beispielsweise den Demenzsimulator „Hands-on Dementia“, der die Symptome einer Demenz simuliert. Mithilfe des Simulators wird durch verschiedene alltägliche Situationen geführt: Vom Anziehen bis zum Abendessen können Personen, die nicht an Demenz erkrankt sind, erleben, wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen. Die Teilnehmenden erfahren somit eigene Grenzen, empfinden Unbehagen und erleben das eigene Unvermögen – so wie Menschen mit Demenz sie täglich erleben.

Schauen Sie doch einfach mal bei uns vorbei. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Ihre Medienstellen im Bistum Osnabrück

Kontakt:

Osnabrück

Große Domsfreiheit 5/6
49074 Osnabrück

Telefon: 0541 318-208

E-Mail: medienstelle@bistum-os.de

Lingen

Ludwig-Windthorst-Haus
Gerhard-Kues-Str. 16
49808 Lingen

Telefon: 0591 6102-138

E-Mail: rpa-lingen@bistum-os.de

Papenburg

Hauptkanal re. 73
26871 Papenburg

Telefon: 04961 4886

E-Mail: rpa-papenburg@bistum-os.de

Internet:

<https://www.medienstelle-osnabrueck.de/>



5.4. Erholungsfreizeit in Bad Rothenfelde



Caritas
Gesundheitszentrum
Bad Rothenfelde GmbH

Angebote für Seniorengruppen

Möchten Sie mit einer Senioren*innengruppe eine gemeinsame Freizeit, eine Schulung, ein Besinnungsangebot, ein Chorwochenende, eine Tanzfreizeit durchführen?

Das Haus St. Elisabeth am Kurpark in Bad Rothenfelde mit 64 Einzel- und 14 Doppelzimmer, verschiedenen Gruppen- und Tagungsräumen, einer Lernwerkstatt mit Laptop-Plätzen, einer Kapelle und einem Garten für Außenaktivitäten bietet ausreichend Platz.



Das Haus St. Elisabeth am Kurpark bietet Seniorengruppen sowie Einzelgästen einen abwechslungsreichen Aufenthalt.

Hier werden Erholungsfreizeiten für Seniorinnen und Senioren durchgeführt, mit Angeboten im Bereich Mobilisierung (z.B. Gymnastik, Gedächtnistraining, Seniorentanz), Kreativität und Spiritualität. Neben einem täglichen Gymnastikangebot steht ein beheiztes Schwimmbad den ganzen Tag zur Verfügung. Zum Angebot gehören auch regelmäßige Gottesdienste und andere geistlich Impulse.



Das beheizte Schwimmbad steht den ganzen Tag zur Verfügung.

Alle Zimmer verfügen über Dusche und WC sowie über Telefon, Fernseher und ein Notrufsystem. 6 Zimmer sind behindertengerecht eingerichtet. Neben einem reichhaltigen und abwechslungsreichen Speiseangebot erfüllen wir auch Ihre Wünsche nach Diät- oder Schonkost.

Das Haus liegt zentral in direkter Nähe zu den Gradierwerken (Salinen), dem Kurpark und dem Kurmittelhaus von Bad Rothenfelde. Im Ort finden Sie alle Angebote für einen abwechslungsreichen Aufenthalt, von der Einkaufspassage über ein buntes Programm mit Festen und Konzerten bis hin zu vielfältigen Kurangeboten. Zahlreiche Wanderwege, geführte Radwanderungen, Kutschfahrten, Minigolf, Wassertretbecken und die Sole-Gesundheitstherme runden das Angebot ab.

Kontakt:
Telefon (0 54 24) 21 72-0
Telefax (0 54 24) 21 72-5 90
E-Mail st.elisabeth@caritas-os.de
www.seniorenerholung-st-elisabeth.de
Bahnhofstraße 19
49214 Bad Rothenfelde



Einrichtungsleitung
Gisela Bonhaus

**Herzlichen Dank für Ihr Engagement.
Wir wünschen Ihnen ein
gesegnetes Weihnachtsfest!**



Bild – Sonnenuntergang – von Stefan Bischoff aus Thuine

**Viel Glück und viel Segen
für das Jahr 2024!**