

Miteinander auf dem Weg

Anregungen, Materialien, Gebete, Texte zum Weitergeben
für die Arbeit mit Seniorinnen und Senioren in Pfarrei und Pflege

Vom Trost und Getragen sein

Nr. 50 - November 2025



Die Tage sind wieder trüb und kurz, die Nächte lang geworden. Die Sommerzeit wurde zurückgestellt, ich fahre trotzdem morgens im Dunkeln los und komme jetzt auch erst dann heim, wenn es bereits wieder dämmernd. Schon jetzt sehnen sich viele nach den hellen Tagen des Sommers zurück, ich selbst schon auch, dennoch schätze ich inzwischen diese Zeit des Jahreslaufes ganz besonders. Denn wie in kaum einer anderen Jahreszeit werde ich hier auf der Nordhalbkugel unserer Welt von der Natur selbst an eine Wirklichkeit des Lebens herangeführt, die ich doch sonst nur allzu gerne vermeide: Die dunkle Seite des Lebens.

Dunkelheit in dieser Welt und Dunkelheit im Leben - das kennen die meisten Menschen und viele haben sie selbst schon erfahren. Es ist die Dunkelheit, in die Menschen gestürzt werden: Die zahllosen Menschen, die Krieg und Gewalt erleiden müssen, die alles verloren haben, was ihr Leben ausgemacht hat - von Heimat und Wohnung bis zu ihren Liebsten. Es ist die Dunkelheit, die in vielen Nationen wächst: das gegenseitige Misstrauen, die Spaltung in der Gesellschaft, der Griff der Mächtigen nach immer größerer Macht. Es ist die Dunkelheit, die uns oft im eigenen Leben begegnet: Wenn mir selbst Unrecht oder Schweres widerfährt, wenn Menschen, die mir viel bedeuten schwer erkranken, wenn sie sterben. Und wenn meine eigene Gesundheit und meine Kräfte schwinden, wenn nicht mehr trägt, was ein Leben lang getragen hat.

Der 1542 in Spanien geborene Karmelit und Mystiker Johannes vom Kreuz hat solche Dunkelheit lange und am eigenen Leib erfahren. Für seine Reformvorstellungen wurde er eingekerkert, misshandelt und gedemütigt. Ohnmächtig und ohne Aussicht auf ein weiteres Leben im Licht des Tages rinnt die Zeit im Verlies dahin:

Trostlos und gottverlassen muss er sich von seinen Plänen und Hoffnungen - ja von den Gedanken an eine Zukunft - verabschieden. Wer ähnliches selbst erlebt hat, weiß: Wenn ich mich von allem Liebgewordenen und geliebten Menschen verabschieden muss, ist das äußerst schmerzvoll. Oft bleibt mir nur das Hadern und Fragen: Warum geschieht dies? Warum mir? Warum jetzt? Und als gläubiger Mensch: Warum lässt Gott das zu? Warum tut er mir das an? Johannes vom Kreuz gibt diesem Erleben einen besonderen Namen: „Die dunkle Nacht der Seele“.

Und als Begleiterinnen und Freunde? Wie gerne würden wir in einer solchen Situation den Anderen tröstend in den Arm nehmen und sagen: „Das wird schon wieder, Kopf hoch, alles wird gut.“ Obwohl wir in manchen Situationen wissen: Der verstorbene Ehemann wird nie mehr zurückkehren oder: Der Kampf gegen den Krebs ist längst verloren ...

Das ist die Erfahrung des Johannes vom Kreuz: Sein Dunkel bleibt Dunkel, selbst Gott ist ihm fern geworden, seine Pläne sind unbegreiflich. Dann soll es so sein! Dann ist es so, wie es ist, selbst wenn ich es nicht verstehe! In diesem Moment jedoch beginnt sich in Johannes etwas zu verändern, zu verwandeln. Seine Situation bleibt so finster wie sie ist, das Leid bleibt, doch er selbst leidet nicht mehr an seinem Leiden. Es ist schwer mit Worten auszudrücken: Es gibt einen Weg durch das Dunkel hindurch, das Dunkel ist eine Chance, ein Glück, ein Weg zu etwas, das trägt, wo eigentlich nichts mehr trägt! Johannes wird diese Erfahrung nicht in einem theologischen Fachbuch niederschreiben, sondern in einem Liebes-Gedicht die Geschichte seiner Seele erzählen, die „in finsterner Nacht“ nach Draußen geht, ohne Licht, ohne Wegweiser, ohne Sicherheit und ihren Liebsten, das Licht und die Liebe findet und sich verwandelt - „en una noche oscura“.

Viele Menschen habe ich inzwischen in meinem Leben getroffen, die in schlimmen Zeiten, besonders in unheilbarer Krankheit ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Sie alle hatten ihren Weg schweren Herzens angenommen - und fühlten sich dennoch getragen von etwas weit Größerem.

Allen ist in dunkler Zeit etwas aufgegangen, was sie mir voraushaben, und von ihnen bin ich selbst mit einem Gefühl von Trost weggegangen.

Trost in dunkler Zeit?! Es ist sicher nicht der kluge Spruch, schon gar nicht das Schönreden und auch nicht die Vertröstung. Es ist diese Mischung aus Ratlosigkeit und Ohnmacht - und dem Dabeibleiben und allem, was daraus erwächst. Mit Worten kann man das nur umkreisen: Trost, Vertrauen, Trauen, Zutrauen, Festmachen, Halt, Trutz, Trotzen. Der Dunkelheit trotzen, dagegenhalten, alles tun, aber auch Grenzen anerkennen, aushalten, weil ich dem Leben traue, auch dem Dunkel traue, darauf baue, dass ich im Letzten getragen bin.

Als Christ kommt mir Psalm 73 in den Sinn, der ungefähr so lautet: „Wenn mir auch Leib und Seele vergehen, so bist Du Gott Trost (oder Fels) meines Herzens und mein Anteil.“ Das ist mir Trost in dunklen Zeiten: Da ist einer, der in diesen Zeiten mitgeht, der mir manchmal auch erst im Dunkeln aufgeht.

Gerade einmal fünf Jahre ist es her, da haben wir diese Heftreihe als „Wochenbrief“ begonnen, es waren die ersten Wochen der Corona-Pandemie in Europa. Bischof Bertram, damals im März noch nicht geweiht, hatte bei unserem letzten gemeinsamen Zusammensein vor dem ersten Lockdown gesagt: „Egal was kommt, lasst die Leute nicht allein.“ Aber wie können wir durch diese schwere Zeit kommen, wenn wir einander nicht mehr treffen können, die Seniorenkreise eingestellt und die Pflegeheime abgeschottet sind? „Miteinander durch die Krise“ hatten wir unser zuerst nur digital gedachtes Heft genannt und im „Miteinander“ sind wir unterwegs bis heute - bis zur **50. Ausgabe!**

Wem traue und auf was baue ich in Krisen? Was bleibt? Was trägt? Es sind nicht einfach kluge Sätze und Tipps, es ist das Miteinander in schweren Zeiten! „Am Abend unseres Lebens“, so schreibt Johannes vom Kreuz, „werden wir nach der Liebe gerichtet werden.“

Robert Jschwang

Diözesan-Altenseelsorger



Seelengrund

*Im Grunde genommen
kann uns ja
wirklich nichts
passieren*

*Wir können krank werden,
verleumdet
verlassen*

*aber im Grunde genommen
besteht in unserer Seele
der Grund
die Hängematte*

*Die weiß sich immerdar
getragen*

Johanna Maria Quis

GE-TRAGEN

Im September diesen Jahres fand in guter Tradition unser „Großer Bildungstag“ statt. 150 Personen nahmen an ganz verschiedenen Workshops teil, um neue Impulse für ihre ehrenamtliche Tätigkeit im Seniorenkreis, im Besuchsdienst zu Hause, im Heim oder für ihr berufliches Handeln in Sozialer Arbeit, Betreuung oder Pflege zu bekommen.



Mit Blick auf unser neues „Miteinander“ haben wir eine Mitmachaktion am Großen Bildungstag gestartet und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer um ihre Erfahrungen und Rückmeldungen zum Thema „GE-TRAGEN“ gebeten.

Folgende Fragen haben wir den Teilnehmenden gestellt:

- 1) *Was ist mein fester Grund, der mich trägt? Wo habe ich in meinem Leben eine Situation erlebt, in der ich mich als zutiefst Getragene/Getragener erfahren durfte? Woran war das für mich spürbar?*
- 2) *Was trägt mich jeden Tag/im Alltag?*
- 3) *In welchen Situationen bin ich diejenige/derjenige, die/der trägt? Welche Fähigkeiten sind mir gegeben, die anderen Halt geben, die Getragen Sein vermitteln?*

Herzlichen Dank allen, die sich beteiligt und einer Veröffentlichung zugestimmt haben.

Wenn Sie beim Lesen der O-Töne Lust bekommen, selbst zu antworten, dann schreiben Sie mir gerne unter: anna.lottes@bistum-augsburg.de

Ich bin gespannt, wie bei Ihnen die Antwort zum GE-TRAGEN-SEIN lautet?

Einige O-Töne finden Sie nun hier:

zu 2) Meine Familie trägt mich jeden Tag.

zu 3) In meiner Arbeit im Betreuten Wohnen, höre ich gerne zu, bin freundlich, bin da, wenn ich gebraucht werde. Ich nehme mir Zeit.

Marion, 47, Betreuungskraft

zu 2) Das Arbeiten im Betreuten Wohnen. Ich helfe gerne als Zuhörer.

zu 3) Ich helfe gerne bei meiner Schwiegertochter, die einen Unfall hatte und jetzt Unterstützung im Alltag braucht. Ohne viele Worte, einfach helfen!

Ulrike, 58, Hilfskraft im Betreuten Wohnen

zu 1) Ein Erlebnis mit der Natur, wo ich sie spüre: die Wärme der Sonne, angenehmer Wind und eine angenehme Rückmeldung mit Wohlgefühl durch die Bewegung meines Körpers und danach das Erzählen davon einer oder mehrerer lieber Personen.

zu 2) Gute Gedanken über mein bisheriges Leben; spannende Gedanken an zukünftige Unternehmungen, die mir launige, Neugierde erweckende Gefühle bereiten; oder: Ich denke vorfreudig an die von mir besuchten Senioren, wenn ich sie nach etwas Positiven frage, das sie erlebt haben oder nach angenehmen Besuchen, die sie hatten.

zu 3) Wenn ich Senioren zu Hause besuche, höre ich ihnen zu und frage, wie die letzten Tage waren, ob sie gut geschlafen haben und ob sie ein besonderes Essen richtig genossen haben.

Jörg, 53, ehrenamtlicher Seniorenbesuchsdienst

zu 1) Mein Glaube. Das habe ich beim Tod meiner Mutter zutiefst erfahren, durch den „Schutzraum“, den mir mein Mann gegeben hat!

zu 2) Mein Morgenritual in meiner Gebetsecke; die gemeinsamen Mahlzeiten mit meinem Mann

Zu 3) Im Hospizbegleiterdienst und auf der Palliativstation: Das Zuhören und meine Offenheit und meine Heiterkeit sind mit gegeben.

Lisa, 68

zu 1) Als ich schwer krank war, spürte ich viel Kraft durch die Gebete und Besuche der Mitschwestern.

zu 2) Meine Gottesbeziehung, meine Gottverbundenheit; Gebet und Meditation; das Tun für andere Menschen

zu 3) Ruhe schenken, Nähe spürbar machen; Dasein und Gebet für Alte und Kranke; Sterbebegleitung

Sr. Lucia, 72, Erzieherin und Seelsorgerin

zu 1) Ich spüre ein Grundvertrauen, das ich schon als Kind in meiner Familie erwerben konnte.

In Krisensituationen konnte ich erleben, ich muss das nicht alleine schaffen, meine Familie und Gott sind bei mir.

zu 2) Die positive Stimmung im Kollegenkreis und gegenseitige Hilfsbereitschaft unterstützen mich in meiner Arbeit als Beraterin in der Sozialen Arbeit.

zu 3) Als Tochter unterstütze ich meine Mutter, die auf Pflege angewiesen ist; Empathie ist dabei wichtig und darauf kann ich bauen.

Michaela, 52, Sozialpädagogin

zu 1) Als ich krank war und mich meine Familie extrem unterstützt hat. Ich finde viel Kraft im Glauben und bei einer Freundin, die spirituell viel mit mir macht.

zu 2) Die tiefe Dankbarkeit von den Senioren in meiner Arbeit. Sie freuen sich, wenn ich mit ihnen singe, tanze, Sport mache, spiele und Zeit für Gespräche habe. Einfach da sein und zuhören.

zu 3) Für die Familie (Enkel) da sein. Ein fester Halt für die ganze Familie und ein guter Treffpunkt in unserem Zuhause.

Karin, 56, Betreuungskraft



zu 1) Mein liebender Mann, meine Kinder, Schwiegerkinder und Enkel, meine Freundinnen und Geschwister, der Sonntagsgottesdienst, die Bürgergemeinschaft, die Mutter Erde, die uns alle trägt, die Schwester Sonne, die jeden neuen Morgen aufgeht, die Mutigen, die sich nicht unterkriegen lassen.

zu 3) Meine Ohren tragen, da sie hören und zuhören können. Meine Augen tragen, da sie aufmerken, wem ich wie begegne. Mein Herz trägt, da es um Leid und Freude weiß. Mein Lächeln und das Ansprechen meines Gegenübers trägt.

Johanna, 66, Religionspädagogin

Anna Lottes, Pastoralreferentin

Sich getragen wissen - von Gott und den Menschen

Sehr berührt denke ich an den vergangenen Sonntagabend zurück. Mit einem feierlichen Gottesdienst ist Florian Stadlmayr in sein Amt eingeführt worden: Er ist nun Stadtpfarrer der Pfarreiengemeinschaft Schrobenhausen. Er ist einer „von uns“, denn er ist hier aufgewachsen und verwurzelt. Der Einführungsgottesdienst in der Stadtpfarrkirche St. Jakob war die erste Heilige Messe seit der Hochwasseranierung. Noch ist nicht alles fertig, denn die Kirchenbänke fehlen noch und man half sich mit hundert Stühlen. Das Bild ist treffend, findet Stadtpfarrer Florian Stadlmayr: Für ihn hat Kirche auch Brüche, Risse, Wunden und viele Baustellen. Nicht alles ist heil und perfekt. „Das macht sie echt identisch“, so sagt er. Kirche soll nicht unnahbar sein, sondern offen und lebendig. Kirche lebt vom Mut, das Gute weiterzugeben. Und sie lebt davon, gemeinsam unterwegs zu sein. Stadlmayr ist überzeugt: „Das Wirken Gottes geschieht auf dem Weg“- und diesen Weg möchte er mit den Schrobenhausenern zusammen gehen.



Stadtpfarrer Florian Stadlmayr mit Bürgermeister Harald Reisner und Ehefrau Gabi bei der anschließenden Einführungsfeier

Eine Woche zuvor bat ich ihn um die „Gedanken zum Sonntag“, einer Rubrik in unserer Heimatzeitung. Darin schreibt er, dass er nach einigen Jahren als Jugendpfarrer, nun endgültig in seine Heimat zurückkehrt. Gleichzeitig weiß er: „Jeder Anfang ist auch ein Stück Neuland. Neue Aufgaben, neue Erwartungen, neue Begegnungen. Aber gerade in diesem Neuland spüre ich, wie gut es tut, sich getragen zu wissen - von Gott und von den Menschen. Gott schenkt Halt, wo Wege unklar sind, und schenkt Zuversicht, wo wir uns fragen, ob wir dem Neuen gewachsen sind. „In jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“, schreibt Hermann Hesse. Dieser Zauber entsteht, wenn Menschen offen füreinander sind, wenn sie Vertrauen schenken und sich gemeinsam auf den Weg machen. Es ist der Zauber des Lebens, das sich immer wieder erneuert, und der Glaube, dass Gott mitten in unseren Anfängen wirkt - leise, manchmal unscheinbar, aber kraftvoll.“

Florian Stadlmayr wirbt in seinem Beitrag für Offenheit und Freude bei den Begegnungen, für Vertrauen und Glauben, für einen offenen Blick für das Gute, das schon da ist, und für das, was Gott unter den Menschen wachsen lässt.

Ich wünsche unserem Stadtpfarrer Florian Stadlmayr, dass er sich sehr getragen weiß von Gott und den Menschen in seiner Gemeinde. Ein kraftvoller und segensreicher Anfang ist gemacht.

Nun wünsche ich uns einen guten und vertrauensvollen gemeinsamen Weg.

Rita Sieber, Gemeindereferentin

Getragen - Im Wasser treibend

Beim Schwimmen trägt ein das Wasser, ganz egal, was für ein Mensch man ist. Liegt man im Wasser auf dem Rücken, gibt es einem das Gefühl von Leichtigkeit und Schwerelosigkeit. Im Wasser dahingleitend kann man die Lasten des Alltags von den Schultern geben und sich - zumindest einen Moment - ohne Sorgen treiben lassen. Gedanken können kommen und auch wieder gehen. Geräusche werden gedämpft, wenn die Ohren unterhalb der Wasseroberfläche sind. Die Augen kann man schließen, denn es ist klar: Das Wasser wird einen nicht einfach fallen lassen. Das Wasser trägt einen, schenkt einen Moment der Ruhe und Gelassenheit.

Dieser Moment wird ein Ende nehmen und man selbst ins normale Leben zurückkehren. In den Trübel und zu all den noch nicht erledigten Dingen. Doch was vielleicht zumindest eine Zeit bleibt, ist der Nachhall der erlebten Entschleunigung und der Sicherheit, die man vielleicht in dem kurzen Moment spüren konnte.

Vielleicht gibt einem dieser kurze Augenblick die Kraft, die man für Kommendes benötigt.

Jacqueline Seidel

Die größten Ereignisse, das sind nicht unsere lautesten, sondern unsere stillsten Stunden.

Friedrich Wilhelm Nietzsche (1844 - 1900)

Gedächtnistraining zum Thema „Wurzel - Getragen“

Assoziationsübung „Getragen“

Wenn ich getragen höre, kommt mir sofort die Wurzel - gute Bodenhaftung - in den Sinn.

Was kann mir schon passieren, wenn ich gut verwurzelt bin, egal ob in meiner Familie, in meinem Glauben oder in meinem persönlichen Umfeld.

Welche Begriffe oder Bilder fallen Ihnen ein, wenn Sie beschreiben sollen, was „Getragen“ für Sie bedeutet. Nehmen Sie sich einen Moment Zeit und denken Sie einmal darüber nach!

Kleines Rätsel

Um welchen Baum handelt es sich hier?

1. Eigentlich bin ich in China beheimatet.
2. Mich gab es schon vor 66 Millionen Jahren.
3. Ich schaue aus wie ein Laubbaum, bin aber mit dem Nadelbaum verwandt.
4. Aus meinen Blättern werden Extrakte gewonnen, die in der Medizin gegen kognitive Leistungsschwäche eingesetzt werden.
5. Ich habe Blätter, die von der Form her einzigartig sind und an einen Fächer erinnern. Im Herbst verfärben sie sich goldgelb.

Von Wurzel bis Stock!

Wie kommen Sie von „Wurzel“ zu Stock? Sie müssen eine Wortkette bilden. Beginnen Sie mit dem Wort „Wurzel“ und suchen Sie nach einem Wort, das an „Wurzel“ angehängt werden kann, so dass sich ein sinnvolles, zusammengesetztes Wort ergibt. Dieses ist dann wiederum der Anfang eines weiteren zusammengesetzten Hauptwortes. Das letzte angehängte Wort lautet „Stock“.

Notwendige -n, -s, -er oder -e dürfen eingefügt oder auch weggelassen werden.

Beispiel: Weg Markt Beruf Frauen Wunsch Geld

Lösung: Wegegeld Geldmarkt Marktfrauen Frauenberuf Berufswunsch

WURZEL

BLUMEN

FARBE(N)

HÖHE(N)

STRASSE(N)

SONNE(N)

HOF

HAAR

BAU

PRACHT

TÜR

STOCK

©MH102025

Um was geht es hier?

Wurzeln sind ein Wunderwerk und haben eine unwahrscheinliche Kraft. Denken Sie nur an Asphaltwege, die von Baumwurzeln hochgehoben werden oder sich über den ganzen Garten ausbreiten. Und Wurzeln sichern unsere Bäume, die zum Teil seit Jahrzehnten stehen und denen die größten Stürme nichts anhaben dank ihrer Wurzeln.

Bei der folgenden Übung werden einige Bäume gesucht, indem Sie jeden Buchstaben durch den im Alphabet jeweils nachfolgenden Buchstaben ersetzen. Steht ein A, wird dafür der letzte Buchstabe des Alphabets, das Z, genommen. Falls Sie sich schwer mit dem Alphabet tun, schreiben Sie es sich vorher auf. Auch eine gute Übung!

Beispiel: DRDK Lösung: ESEL

DHBGD	_____	ATBGD	_____
ZGNQM	_____	ADQFTKLD	_____
VZKMTRR	_____	JZRSZMHD	_____
FHMJFN	_____	DADQDRBGD	_____

GZHMATBGD	_____	VDHCD	_____
YHSSDQOZODK	_____	KHMCD	_____

Füllwörter zum Thema „Wurzel“

Suchen Sie jeweils ein Wort, das Sie an das linke Wort anhängen können und das dann wiederum dem Wort auf der rechten Seite vorangestellt werden kann. Manchmal sind mehrere Lösungen möglich!

Es dürfen an das gesuchte Wort -n, -en, -e, -s oder -es angehängt oder auch weggelassen werden!

Beispiel: Haus _____ Rahmen

Lösung: Tür

- | | | |
|-----------|-------|----------|
| 1. Wurzel | _____ | Scheibe |
| 2. Wurzel | _____ | Brot |
| 3. Wurzel | _____ | Ausfall |
| 4. Baum | _____ | Haus |
| 5. Baum | _____ | Vielfalt |
| 6. Baum | _____ | Stelle |
| 7. Baum | _____ | Tür |
| 8. Baum | _____ | Stelle |
| 9. Baum | _____ | Heim |

Wie viele „S“ finden Sie?

Lesen Sie **zügig** das folgende Gedicht von Marianne Porsche-Rohrer (aus: Doktor Wald hilft Jung und Alt, ISBN 978-3-00-057528-0) und zählen Sie dabei, wie viele „s“ im Text vorkommen. Das „ß“ bei Urgroßvater wird nicht mitgezählt.

Aber lesen Sie den Text so, dass Sie ihn auch noch verstehen.

Walnuss (*Juglans regia*)

Der Walnussbaum, er ist mein Schatz,
Seit zarten Kindertagen.
In seinem Schatten ist mein Platz,
Wenn mich die Sorgen plagen.
Sein Rauschen bringt mich schnell zur Ruh
Bin ich gestresst, getrieben.
Entspannt mach ich die Augen zu,
Fühl' mich auf Wolke sieben.

Der Urgroßvater pflanzte ihn
An seinem Hochzeitstage.
Dass sich die Welt noch lange dreht,
War für ihn keine Frage.

Er glaubte, dass es weitergeht,
Noch lang' nach seinem Scheiden,
Dass unsre Menschheit noch besteht,
Mit Freuden und mit Leiden.
Im Alter war 's für ihn ein Traum,
Die Nüsse selbst zu pflücken,
Von seinem Hochzeits-Walnussbaum,
Mit Freude und Entzücken.

Die Walnuss gibt den Menschen Kraft,
Ist Herz- und Nervenahrung.
Fit hat die Hundert er geschafft.
Mich stärkt diese Erfahrung.

Ein Gedicht zu lernen, ist auch eine sehr gute Konzentrationsübung. Vielleicht versuchen Sie das Gedicht auswendig zu lernen - vielleicht für den Anfang auch nur die ersten acht Zeilen. Die können Sie sich bestimmt gut merken, wenn Sie sich den Text dazu bildhaft vorstellen.

Lösungen:

Kleines Rätsel: Ginkgobaum

Von Wurzel bis Stock! Wurzelhaar, Haarfarbe, Farbenpracht, Prachtstraße, Straßenbau, Bauhof, Hoftür, Türhöhe, Höhen-
 sonne, Sonnenblumen, Blumenstock

Um was geht es hier?: Eiche, Buche, Ahorn, Walnuss, Kastanie, Ginkgo, Eberesche, Hainbuche, Weide, Zitterpappel, Linde

Füllwörter zum Thema „Wurzel“: 1. Brot, 2. Stock, 3. Haar, 4. Schule, 5. Arten, 6. Schnitt, 8. Haus, 9. Bruch, 10. Pflege

Wie viele „S“ finden Sie?: 51

Erstellt von Maria Hierl, Bildungsreferentin

Was trägt wen oder wer trägt was?

Diese Gedächtnisübung wurde uns von Jacqueline Seidel eingesandt.

Die Antworten können ganz vielseitig sein.

Beispiel: Luftmatratze

Antwortmöglichkeit: Die Luftmatratze trägt den Schwimmer bei seiner Pause.

1. Wände
2. König
3. Ast
4. Regal
5. Kellnerin
6. Pferd
7. Mutter

Bestimmt fallen Ihnen noch viele weitere Möglichkeiten ein oder Sie bilden aus dem vorgegebenen Wort eine Gedankenkette, das heißt an jedes weitere Wort wird erneut ein Wort angehängt, das von dem Ursprungswort getragen wird oder mit diesem in Beziehung gebracht werden kann.



Zum Beispiel:

Wurzel - Baum - Walnuss - Eichhörnchen - Winterschlaf - Ruhephase ...

Antwortmöglichkeiten: 1. Dach; 2. Krone; 3. Vogel; 4. Bücherei; 5. Tablett; 6. Reiter; 7. Baby

Die Geschichte des Schlusssteines

Es war einmal ein Stein. Er war sehr durcheinander. Er wusste nicht, was los war. In dem einem Moment war er noch Teil einer großen Felswand gewesen. Groß und mächtig war sie in der Landschaft gestanden, auch wenn sie im Laufe der Jahrtausende immer wieder erschüttert worden war, manche Kante abgebrochen wurde, der Wind wie Sandpapier kleine Schichten abgetragen hatte. Der Wand an sich konnte dies alles nicht anhaben. Der Stein selbst war ein Teil dieser starken Wand gewesen. Eingebettet in einem große Ganzen.

Doch plötzlich gab es einen starken Knall. Die Felswand wurde bis auf ihr Innerstes erschüttert. Ein großer Teil von ihr wurde in einzelne Steinblöcke verwandelt. So wie er jetzt. Wie ging es denn jetzt weiter? Die anderen Steine erzählten, dass sie jetzt auf eine große Reise gingen. Sie wurden für ein großes Bauwerk gebraucht. Neugierig wartete der Stein, wohin er jetzt gebracht wurde.

Nach einer langen Fahrt landete er mit den anderen Steinen auf einem Platz. Dort hörte er lautes Klopfen. Ein Mann schaute jeden Felsbrocken genau an. Ihn schaute er besonders genau an. Das freute den Stein. Trotz der Sprengung hatte er doch noch eine beeindruckende Größe. Stein für Stein wurden weggenommen. Sie wurden behauen und bekamen verschiedene Formen. Gespannt wartete er, was aus ihm wurde. Er wartete und wartete. Der Haufen wurde immer kleiner um ihn herum. „Haben sie mich vergessen? Werde ich nicht gebraucht?“

Dann kam er endlich an die Reihe. „So, jetzt bist du dran“, meinte der Steinmetz. „Du bist der Schlussstein.“ „Der Schlussstein“, murmelte der Stein enttäuscht vor sich hin. Als er sah, dass alle anderen schon ihren Platz im Gewölbe und er als einziger nur die Lücke in der Mitte schließen musste, sagte er enttäuscht: „Ich bin nur ein Lückenbüßer. Ich schaue auch noch ganz anders aus als die anderen. Kann denn keiner sehen, was in mir steckt? Und dann wird auch noch eine Platte auf mich gelegt. Ein Teil von mir wird gar nicht mehr gesehen. Was soll das denn?“



Als der Stein neben ihm all dies hörte, sagte er zu ihm: „Du bist anders als wir, aber du bist derjenige, der uns zusammenhält. Nur so können wir alle gemeinsam dieses Gewicht des Gewölbes tragen. Durch dich wird die Last auf uns alle verteilt. Mancher Schlussstein wird mit einem Bild geschmückt, damit er gesehen wird, aber nicht alle. Du wirst es. Du bist was Besonderes.“ Zufrieden, dass er wusste, warum er auf diesem Platze war, lächelte der Stein in sich hinein.

So weiß auch mancher Mensch nicht, welchen Halt er anderen Menschen gibt, einfach nur, weil er da ist. Schweres kann nur gemeinsam getragen werden.

Margaretha Wachter, Gemeindereferentin

Mit freundlicher Unterstützung und fachliche Beratung:

Dr. Verena Bestle-Hofmann, Stabstelle Bauwesen und Kunst Diözese Augsburg

Dompfarramt Hlgst. Herz Jesu Augsburg

Sternenschimmer, Schlummerleuchten
 Hat nun rings die Welt umfassen;
 Eingewiegt in tiefen Frieden
 Schläft der Menschen Hast und Bangen.

Nur die seligen Engel wachen,
 Leise durch den Himmel schwebend,
 Alle, die hier unten schieden,
 An die reinen Herzen hebend.

Und mir ist, als müßt ich einstens
 Nach der letzten Not auf Erden
 Tief befriedet, kinderselig
 So von dir getragen werden.

Theodor Storm (1817 - 1888)

Vertrauen

Unter Sternen,
 die uns leiten,
 gehen wir zu allen Zeiten
 ohne Furcht den schmalen Pfad.

An den Ufern,
 wo wir rasten,
 ganz befreit von allen Lasten,
 fühlen wir uns nie allein.

Wenn die Heuchler
 uns belügen
 zeig' uns, Herr, in vollen Zügen
 deine Wahrheit, deine Kraft!

In den Stürmen,
 die da toben,
 wissen wir, einer dort droben
 reicht am Abgrund uns die Hand.

Auf den Wegen,
 die wir gehen,
 deren Ende wir nicht sehen,
 schenke, Herr, uns dein Geleit!

Marianne Porsche-Rohrer

Getragen sein

Da hat der HERR, dein Gott, dich auf dem ganzen
 Weg, den ihr gewandert seid,
 getragen, wie einer sein Kind trägt,
 bis ihr an diesen Ort kamt.

Dtn 1,31

Du hebst mich hoch
 Du hältst mich in deinen Händen
 Innige Nähe - Liebe ist alles

Vertrauend lasse ich es geschehen
 Bei dir geht es mir gut
 Innige Nähe - Liebe ist alles

Guter Hirte - gute Hirtin möchte ich sein
 Mit dir und aus dir
 Innige Verbundenheit - Liebe ist alles
 Amen.

Sr. Paulin Kotas zur Statue der Gute Hirte



Du musst das Leben nicht verstehen
 Du musst das Leben nicht verstehen,
 dann wird es werden wie ein Fest.
 Und lass dir jeden Tag geschehen
 so wie ein Kind im Weitergehen
 von jedem Wehen
 sich viele Blüten schenken lässt.

Sie aufzusammeln und zu sparen,
 das kommt dem Kind nicht in den Sinn.
 Es löst sie leise aus den Haaren,
 drin sie so gern gefangen waren,
 und hält den lieben jungen Jahren
 nach neuen seine Hände hin.

Rainer Maria Rilke (1875 - 1926)

Er hält die ganze Welt in seiner Hand - Bewegungslied

Dieses Lied eignet sich gut, um mit den Teilnehmenden Bewegungen und eigene Textzeilen zusammen zu überlegen. Die deutsche Übersetzung basiert auf dem amerikanischen Lied: He's got the whole world. Peter Huber hat eine deutsche Fassung unter <https://www.youtube.com/watch?v=oovk9ESV9Jk> eingespielt. Unter <https://www.youtube.com/watch?v=Jcm7armkNzM> gibt es eine Mitsingversion von der Orgel gespielt.

Je nach den kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmenden können auch Bilder und Gegenstände zu den einzelnen Strophen vorbereitet werden. Diese werden beim Vorspielen des Liedes von der Leitung hochgezeigt. Bilder hierzu finden Sie auf unserer Seite <https://bistum-augsburg.de/Seelsorge-in-den-Generationen/Altenseelsorge/Unser-Brief-Miteinander-auf-dem-Weg/Alle-Ausgaben-Miteinander-auf-dem-Weg>

- Die Leitung erklärt, dass es in diesem Lied darum geht, dass Gott alles auf der Erde und im Himmel in seiner Hand hält. „Du kannst nicht tiefer fallen als nur in Gottes Hand.“ Diese Aussage von Arno Pötzsch kann für manche Menschen ein Satz sein, der sie durch schwere Zeiten tragen kann.
 - Dann wird das Lied vorgespielt. Nach dem Ende des Liedes wird gefragt, wen Gott alles in seiner Hand hält. Als Hilfestellung kann das Anschauungsmaterial hochgehalten werden. Vielleicht fallen den Mitmachenden auch noch andere Textzeilen ein, wen Gott alles in seiner Hand hält.
 - Welche Bewegungen können zu den einzelnen Strophen ausgeführt werden?
1. Er hält die ganze Welt in seiner Hand ...
 2. Er hält die Großen und die Kleinen in seiner Hand ... *(mit den Händen zeigen)*
 3. Er hält das winzig kleine Baby in seiner Hand ...
 4. Er hält die Mutter und den Vater in seiner Hand ...
 5. Er hält die Sonne und die Sterne in seiner Hand ...
 6. Er hält den Wind und den Regen in seiner Hand ...
 7. Er hält die Tiere und die Pflanzen in seiner Hand ...
 8. Er hält auch dich und mich in seiner Hand ...
 9. Er hält ... *(eigene Ideen)*

Das Lied wird nochmal vorgespielt und die Bewegungen werden dazu ausgeführt. Alternativ können die Bilder an Teilnehmende verteilt werden, die in der Beweglichkeit stark eingeschränkt sind, aber noch ein Bild halten und leicht bewegen können, wenn die dazugehörige Textzeile gesungen wird.



Margaretha Wachter, Gemeindereferentin

Text: Spiritual

Die Beine hochlegen - geht nur, wenn mich etwas trägt

Für mich gibt es kaum etwas, das entspannter ist als zwischendurch einmal (kurz) meine Beine hochzulegen.

Meine müden, schweren Beine werden nach langem Sitzen entlastet. Bei angeschwollenen Beinen nach einer Wanderung kann die Flüssigkeit im Gewebe besser abfließen und die Schwellung geht zurück. Der Blutfluss wird verbessert, da das Blut leichter zum Herz zurückfließen kann, wenn die Beine über Herzhöhe positioniert sind. Mein Blutkreislauf wird so angeregt.

Ich lade Sie darum ein, dass wir jetzt einmal gemeinsam die Beine hochlegen.

Suchen Sie eine Unterlage, die Sie gut trägt: Ein Sessel mit Beinhocker, eine Couch, Ihr Bett, (ich liebe ja meine Hängematte sehr), ...

Schließen Sie für einen Moment die Augen, genießen Sie das Gefühl getragen zu sein vom Untergrund, auf dem Sie sitzen oder liegen.

Atmen Sie bewusst ein und aus. Lassen Sie Ihren Atem fließen.

Spüren Sie in Ihre Beine:

Wie fühlen sich Ihre Beine an, die Sie so oft tragen, wenn Sie stehen, gehen? Wo haben Sie diese Beine schon überall hingetragen?

Wie fühlt es sich an, dass diese Beine nun auch mal ruhen dürfen, nicht tragen müssen, sondern getragen/gehalten sind?

Kann ich es zulassen, ruhig und entspannt dazusitzen? Kann ich es zulassen, getragen zu sein, nicht immer volle Fahrt voraus, voll auf Kurs?

Einfach mal die Beine hochlegen!

Anna Lottes, Pastoralreferentin



„Heimat - Im Sinnes des Lebens.“ Gestaltungsimpulse für Pflegeheime und Tagespflegen

Unter diesem Thema steht eine besondere Ausstellung im Lebenszentrum Ottobeuren. Der Ausgangspunkt war eine einfache Anfrage der Qualitätsmanagerin des Lebenszentrums Ottobeuren, Helga Becker, ob die Künstlerin Andrea Martin ein paar Bilder von sich im Heim ausstellen würde. Daraus wuchs dann der Gedanke der Künstlerin, nicht nur ihre Bilder auszustellen, sondern die Idee, in den Herzen der Bewohnerinnen und Bewohnern ein Stück alte Heimat wieder aufleben zu lassen. Sie erinnerte sich an einen Philosophen, der festgestellt hat, dass Menschen, die Heimatgefühle empfinden können, dies auch eine SINN-erfahrung im Leben sein kann. Um diese Erfahrung machen zu können, brauchen wir Wegbegleiter und „Werkzeuge“.

Heimat sieht die Künstlerin aber nicht nur ortsbezogen. Sich beheimatet fühlen, heißt auch, ich habe in mir meine innere Heimat gefunden. Ich weiß, wo mein Stand im Leben ist, ich erkenne meinen Sinn im Leben. Diese Beheimatung in sich spüren zu können, ist ein wichtiger Stützpfeiler, um das Leben meistern zu können. Doch in einem Pflegeheim wird die Welt um sich kleiner. Deshalb war es ein Anliegen der Künstlerin, die Welt zu den Menschen zu bringen.

Die effektivsten und wesentlichsten Hilfsmittel sind jedem Menschen zu eigen: unsere 5 Sinne. Die Schirmherrin, Birgit Eisinger-Schanderl, brachte die sehr wertvolle Anregung ein, den älteren Menschen ganzheitlich, das heißt mit allen Sinnen, die Ausstellung erfahrbar zu machen.



1. Bild:

*Schafe, neben Kühen **das** Tier, mit dem ältere Menschen ihre Heimat verbinden.*

Weiche Wolle, Weblamm, Schaffelle zum Anfassen, Lanolin riechen, große Kuhglocken, Milchkannen, Regenmacher. Beim genauen Hinsehen: Fliegen auf einem Kuhfladen, Maulwurfbabies und Frosch. Gleichzeitig ein Nagelspiel, um den Kontrast von weich und hart, warm und kalt erfahrbar zu machen.

Ein Sofa als Einladung zum Verweilen, die Gedanken kommen und gehen lassen.

Die Hausleitung gestattete den ganzen Raum verwenden zu dürfen. So war es möglich eine ganze Kulisse aufzubauen, mit Details, die nach und nach entdeckt werden können.



2. Bild: Zen-Garten

Möglichkeit zum ganz kurzen, aber vollkommen unkomplizierten Tapetenwechsel. Raus aus dem Alltag, Sand spüren, Muster zeichnen, Muscheln in die Hand nehmen, Fernweh, Orientierung, wo bin ich, wo will ich hin?

Dient Bewohnerinnen und Bewohnern genauso, wie Angestellten und Besucherinnen und Besuchern.

Südamerika: Tabak, Schokolade, Kakao, Zucker
 Wie sehen Kakaoschoten aus? Wie kommt der Kakao von der Schote in unsere Küche? Wie weich fühlen sich Kaffeeschalen an? Kann ich an der Farbe einer Tafel Schokolade abschätzen, wieviel Kakaoteile drin sind? Wenn ich verschieden prozentige Schokolade esse, schmecke ich den Unterschied? Wie sehen Tabakblätter aus? Grüne, frisch geerntete Kaffeebohnen im Vergleich zu den schwarz gerösteten, an Kaffeebohnen riechen, Kaffeebohnen mit der Handmühle selber frisch mahlen und den Duft einsaugen.



Von der Idee zur Umsetzung:

- Das Projekt muss ein gemeinsames Anliegen von Einrichtungsleitung (Tim Grupe), Mitarbeitenden (Haustechnik Ömer Uncuer und Wolfgang Hanel) und den Ausführenden (Helga Rosemarie Becker, QM und Verwaltung, Andrea Martin, Künstlerin, Birgit Eisinger-Schanderl, Schirmherrin, Rainer Becker, Fotograf) sein.
- Welche Projektpartner können mit ins Boot geholt werden (Schulen, Vereine aus dem Ort)?
- Kreativität trifft auch Realität: Welche Ideen können auch in Bezug auf Brandschutz, Hygienevorschriften und Sicherheit für die Bewohnenden verwirklicht werden?
- Bewohnende durch Gespräche mit in die Gestaltung miteinbeziehen.
- Sich kein festes Konzept vornehmen, nur Leitthema und während der Gestaltung neue Ideen Raum lassen.
- Die Ausstellung öffnen für Besuchende von außen.

„Glücklich der, der dem Sinn seines Lebens immer näher kommt und das eigentliche Leben möglichst früh beginnen darf.“ (J. W. Goethe).

Die Würde des Menschen ist unantastbar, auch dann, wenn das Alter das selbstbestimmte Leben immer beschwerlicher macht. Die interaktive Ausstellung im Ottobeurer Lebenszentrum soll ein Versuch dazu sein. (Andrea Martin)

Halbzeitreflexion:

- Eine Ausstellung mit Exponaten, die nicht gesichert sind, muss damit leben, dass auch diese lebendig werden und ihre Wege gehen.
- Es gibt positive Rückmeldungen von den Bewohnenden, den An- und Zugehörigen und den Mitarbeitenden des Lebenszentrums. Die Ausstellung lädt ein im Alltagsgeschehen immer wieder neue Dinge zu entdecken. Besonders An- und Zugehörige sehen es als Aufwertung des Lebensraumes.

Wer nähere Informationen wünscht und Interesse an den Bildern hat, kann sich persönlich an die Künstlerin Andrea Martin wenden.

Die Ausstellung kann bis zum 31.12.2025 jeweils am Montag, Mittwoch und Freitag von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr und von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr besichtigt werden. Einzelpersonen und Familien ohne Anmeldung. Gruppen (auch Kinder) bis max. 15 Personen nur nach vorheriger Anmeldung bei Helga Becker, Qualitätsmanagerin, Tel. 08332 80151, gm.lebenszentrum@argentum-pflege.de

Andrea Martin, Margaretha Wachter

Aktuelles aus unserem Fachbereich

Veranstaltungen und Informationen der Altenseelsorge



Im bis auf den letzten Platz gefüllten Saal des Haus Sankt Ulrich begrüßte Diözesan-Altenseelsorger Robert Ischwang am **Freitagabend** das Publikum zum Vortrag mit Dr. Marianne Koch. 350 Teilnehmende

lauschten den lebendigen Worten von Dr. Koch vor Ort aufmerksam und begeistert. Zahlreiche Interessierte, die leider keinen Platz gefunden hatten, konnten online an der Veranstaltung teilnehmen.

Gerührt von der freundlichen und überschwänglichen Begrüßung durch Gemeindereferentin Rita Sieber und das Publikum begann Dr. Koch die Lesung aus ihrem neusten Buch **„Mit Verstand altern. Wie es gelingt geistig fit und lebendig zu bleiben.“**

Ohne auszusparen, dass das Alter auch mit schwerwiegenden Erscheinungen wie dem Verlust geliebter Menschen und Einsamkeit sowie körperlichen und geistigen Einschränkungen einhergehen kann, gelang es ihr, Mut zu machen mit einem positiven, zuversichtlichen Blick auf das Alter als interessanten Lebensabschnitt zu schauen, damit ein Altern in Lebendigkeit, Vielfalt und voller Reichtum gelingen kann. Sie machte in ihrem Vortrag immer wieder ganz klar auf diese Chance aufmerksam, heute deutlich länger körperlich und geistig fit bleiben zu können. Gleichzeitig betonte Dr. Koch aber auch, dass dies des Zutuns jeder und jedes einzelnen bedarf.

An den Vortrag schloss sich ein Podiumsgespräch an. Robert Ischwang moderierte das Gespräch mit Sr. Bernhild Schuster (OSF), Leitung eines Konvents der Dillinger Franziskanerinnen, Franz-Reinhard Daffner (Domkapitular i. R.), der lang-

jährigen Klinikseelsorgerin und Seelsorgerin im Hospiz Josefa Britzelmeier-Nann (Pastoralreferentin i. R.) sowie dem ehemaligen Vorsitzende der Alzheimer Gesellschaft Augsburg, Dr. Jens Schneider. Das Podium griff humorvoll und tiefgründig die Inhalte des Vortrags mit Bezug zum eigenen Leben und Wirken der Teilnehmenden auf.

An die 70 Sängerinnen und Sänger des Chores „Grenzenlos“ unter der Leitung von Martina Hellmann, Sing- und Musikschule Mozartstadt Augsburg, umrahmten und begleiteten den Abend. Mit ihren schwungvoll und mitreißend vorgetragenen Liedern animierte der Chor schon zu Beginn die Zuhörerinnen und Zuhörer im Saal zum Mitsingen und zauberte vielen ein Lächeln aufs Gesicht.

Am **2. Tag des Großen Bildungstages** gab es für die 140 Ehren- und Hauptamtlichen in der Seniorenarbeit das in bewährter Weise breitgefächerte Workshopangebot.

Ein „Markt der Möglichkeiten“ in der Mittagszeit bot Gelegenheit sich zu verschiedenen Themen zu informieren. Das Ende eines sehr reichen und gelungenen Tages stellten die Referentinnen der Altenseelsorge in einer Abschlussandacht unter Gottes Segen. Diakon Robert Ischwang dankte allen Teilnehmenden für ihr Kommen und seinem Team für die Vorbereitung und Durchführung dieses Großen Bildungstages 2025.

Der nächste Große Bildungstag ist für den **24./25. September 2027** geplant.

Anna Lottes, Pastoralreferentin



Hausgottesdienst im Advent

Die Altenseelsorge im Bistum Augsburg hat gemeinsam mit den pastoralen Grunddiensten und der Sakramentenpastoral ein fertiges Gebetsheft für die Feier eines Adventsgottesdienstes entwickelt. Die Texte stimmen in dieser geprägten Zeit vor Weihnachten ein auf den, der unser Licht ist, und an Weihnachten dieses Licht so nah zu uns Menschen brachte: Auf Gott, der Mensch wurde.

Die Gebete und Texte sind in einfacher Sprache gehalten. Es sind verschiedene Impulse, Lieder und ein Bastelvorschlag ausgearbeitet.

Den kompletten Hausgottesdienst finden Sie ab Mitte Oktober als PDF-Datei auf folgender Homepage: www.pastorale-grunddienste.de



Hausgottesdienst im Advent 2025

BISTUM AUGSBURG

Hauptabteilung II – Seelsorge
 Pastorale Grunddienste
 und Sakramentenpastoral



ÄlterWerden
 im Bistum Augsburg

Neues Forschungsprojekt AgeHearing-QoL: Frühzeitig versorgt - besser leben mit altersassoziierter Schwerhörigkeit

In Deutschland ist etwa jeder siebte Erwachsene schwerhörig, während der Anteil der Betroffenen in der Gruppe der über 65-Jährigen sogar auf etwa die Hälfte ansteigt. Die Konsequenzen eines unbehandelten Hörverlusts gehen weit über die unmittelbare Höreinschränkung hinaus. Eine mindestens moderate Schwerhörigkeit steht in einem direkten Zusammenhang mit einem erhöhten Sturz-, Demenz- und Depressionsrisiko. Zudem kann sie soziale Teilhabe, Kommunikationsfähigkeit sowie Alltagskompetenz und Freizeitgestaltung der Betroffenen stark einschränken, was schließlich zu einem spürbaren Rückgang der Lebensqualität führt.

In der neuen Studien sollen diejenigen psychosozialen Faktoren identifiziert werden, die für die Lebensqualität schwerhörender Menschen besonders wichtig sind. Hier könnte auch die Nut-

zung von Hörhilfen mit hineinspielen. In dem innovativen Ansatz des Forschungsprojekts AgeHearing-QoL werden demnach Hörgeräte auch bei Teilnehmenden eingesetzt, die nach aktuellen Standards noch keine klinische Indikation dafür haben.

Wer Interesse hat, an den Studien teilzunehmen oder sich allgemein über das Projekt informieren möchte, kann sich unter der Mailadresse agehearing-qol@haw-landshut.de an das Projektteam wenden.

In diesem Zusammenhang weist der **Deutscher Schwerhörigenbund e. V.** auch daraufhin, dass das Bundessozialgericht mit seinen Hörgeräte-Urteile vom 12. Juni 2025 den Anspruch auf eine bessere Hörgeräteversorgung erleichtert hat.

Nähere Informationen unter <https://schwerhoerigen-netz.de/>

Bildungstage 2026 in Nonnenhorn für Seniorenkreisleiterinnen und Seniorenkreisleiter

Die Bildungstage in Nonnenhorn finden 2026 vom **16. bis 18.03.2026** zum Thema „**Kleider machen Leute**“ statt.

Merken Sie sich schon mal diesen Termin vor. Diese Veranstaltung ist jedes Jahr ein absolutes Highlight, bei dem nicht nur die Bildungsarbeit, sondern auch das gesellige Miteinander im Mittelpunkt stehen. Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit für Körper, Geist und Seele direkt am schönen Bodensee!

Nähere Informationen finden Sie unter www.seniorenpastoral.de

Vielen Dank für Ihre Treue!

Mit diesem Heft halten Sie die **50. Ausgabe** unseres Heftes „Miteinander auf dem Weg“ in den Händen. Grund für uns einfach mal „**Danke**“ zu sagen. Diese Hefte waren eigentlich nur für die Coronazeit als Unterstützung für unsere Seniorenkreisleiterinnen und -leiter gedacht, doch wir haben auf diese Hefte eine so große Resonanz erhalten und immer wieder die Bitte und den Wunsch vernommen, dass wir sie auch über diese schwierige Zeit hinaus anbieten mögen.

In dieser Zeit haben wir von Ihnen so viel Wertschätzung für dieses Heft und für unsere Arbeit erhalten - sei es als E-Mail auf eine unserer Ausgaben oder im Gespräch bei einer Veranstaltung. Diese positiven und motivierenden Rückmeldungen haben uns, dem Team der Altenseelsorge im Bistum Augsburg, sehr gut getan und uns sehr gefreut. Dafür allen unseren treuen Leserinnen und Lesern ein herzliches Vergelt's Gott - so macht Arbeit Freude!

Aber wir hatten in diesen vergangenen 5 Jahren auch immer wieder große Unterstützung von Autorinnen und Autoren, die uns unentgeltlich ihre Werke zum Abdruck zur Verfügung gestellt haben, von Referentinnen, die uns Impulse und wichtige Informationen regelmäßig schicken, von Menschen, die ihre Ideen und Gedanken zu den Themen mit uns geteilt und niedergeschrieben haben, von Fotografen, die uns ihre Bilder zur Verfügung gestellt haben - Ihnen allen möchten wir ganz herzlich für Ihre Unterstützung und Ihr Mittun danken.

Denn nur so ist unser Heft geworden, was es ist: ein MITEINANDER!

Vielen Dank Ihnen allen. Machen wir gemeinsam so weiter!

Das Team der Altenseelsorge



Auflösung Fehlerbild
auf Seite 20



Fehlerbild

Finden Sie die 10 Fehler, die sich beim zweiten Bild eingeschlichen haben.

Die Lösung finden Sie auf Seite 19.

Viel Spaß beim Suchen!



Gerne können Sie die Beiträge auch in eigenen nichtkommerziellen Publikationen verwenden - aber bitte **immer** mit Angabe der Verfasserin oder des Verfassers. Zum Beispiel:
 Maria Hierl, in: Miteinander auf dem Weg, Nr. 50 - Altenseelsorge im Bistum Augsburg.

So erreichen Sie uns:

Bischöfliches Seelsorgeamt - **Fachbereich Altenseelsorge**,
 Kappelberg 1, 86150 Augsburg

Tel.-Nr.: **0821 3166-2222**, (Mo. - Fr. 8:00 Uhr - 12:00 Uhr)

Fax: **0821 3166-2229**

E-Mail: altenseelsorge@bistum-augsburg.de

Internet: www.seniorenpastoral.de

Facebook: www.facebook.com/Seniorenpastoral



Bildnachweise:

Daniel Hierl (1); Christiane Raabe, in: Pfarrbriefservice.de (3); Anna Lottes (4, 5, 13); Norbert Häusleier (6); Maria Hierl (8, 10, 12, 19, 20); Dompfarramt Hlgst. Herz Jesu Augsburg, Aufnahme: Berthold Kreß, Gröbenzell/Augsburg., Ein Schlussstein im Hohen Dom zu Augsburg (11); Angelika Haite, in: Pfarrbriefservice.de (14); Rainer Becker (15, 16); Altenseelsorge (17); Anna Lottes, bearb. Brigitte Marquart (18); Annegret Beckert, in: Pfarrbrief-service.de (19)

Impressum

Druckausgabe: Gemeindebriefdruckerei, Eichenring 15 a, 29393 Groß Oesingen

Herausgeber: Altenseelsorge
V.i.S.d.P.: Maria Hierl, Altenseelsorge, Kappelberg 1, 86150 Augsburg



BISTUM AUGSBURG