

ein Leben lang. WACHSEN

Magazin für Ehrenamtliche und Hauptamtliche in der Seniorenpastoral der österreichischen Diözesen und der Diözese Bozen-Brixen

Jahr 18 Ausgabe 35 2023/1



Berichte aus den Diözesen

Aus der Praxis – Für die Praxis

JENSEITS DER NÜTZLICHKEIT

VORWORT

Grüß Gott!

Arbeit und Leistung, Nützlichkeit und Produktivität bestimmen unsere Gesellschaft – wir müssen immer für etwas gut sein. Wenn wir nicht funktionieren, werden wir schnell zur Last, ist eine weit verbreitete Meinung.

Wie fühlen sich Menschen, die sehr alt, vielleicht pflegebedürftig und auf Hilfe angewiesen sind? Ist man da am Abstellgleis – also jenseits des Nutzens für die Gesellschaft?

Was steht jenseits der Nützlichkeit? Vielleicht stehen da Lebenserfahrung, Schönheit, Zeit haben, Dasein. Diese Vielfalt der Hochaltrigkeit dürfen wir in unserer Arbeit der Seniorenpastoral in den Diözesen begleiten.

Wir freuen uns schon auf unsere jährliche Tagung der ARGE Altenpastoral. Diesmal treffen wir uns am 14. und 15. Juni 2023 in Brixen und entführen Sie in die heilsame und stärkende Kraft von Humor. Nähere Informationen finden Sie in der Zeitung!

Es ist nicht unser Ziel, das hohe Alter durch die rosarote Brille zu sehen und es zu romantisieren. Wir sehen die Belastungen, die Schmerzen und die Herausforderungen. Trotzdem dürfen wir darüber hinaus nicht den Blick auf das Jenseits der Nützlichkeit verlieren, das auch sehr bunt und vielfältig ist.

Danke, dass Sie zu Hause, in Ihrer Pfarre, im ehrenamtlichen Engagement im Pflegeheim diesen doppelten Blick auf das Jenseits der Nützlichkeit mit uns tragen

Ihr Team der ARGE Altenpastoral

Impressum:

Medieninhaber u. Herausgeber: ARGE Altenpastoral
Stephansplatz 6/6/622-623; A-1010 Wien
T: 01 51552 3335
E: seniorenpastoral@edw.or.at
Redaktion: FB Seniorenpastoral der ED Wien, Beatrix Auer, M.Ed.
Grafik & Layout: Mag. Hanspeter Lang | Umsetzung: Michael Zutz
Druck: Hannes Schmitz Druckerei buttons4you e.U., 1200 Wien
Offenlegung laut Mediengesetz: „Wachsen ein Leben lang“ ist ein Kommunikationsorgan der ARGE Altenpastoral. Es erscheint halbjährlich mit einer Auflage von derzeit 4200 Stück.



Beatrix Auer, M.Ed., Erzdiözese Wien



Gabriele Fahrafellner, Diözese St. Pölten



Mag. Gerhard Häfele, Diözese Feldkirch



Mag.ª Judith Höhndorf, Diözese Gurk



Mag. Matthias Hohla MAS, Erzdiözese Salzburg



Florian Krizaj, Diözese Graz-Seckau



Mag. Otto Feldbaumer



Dipl. PAss. Evelyne Leitner,
Diözese Eisenstadt



Lena Hrazdil MEd.,
Diözese Eisenstadt



Mag.ª Carmen Rolle, Diözese Linz



Dr. Mag. Josef Torggler, Diözese Bozen-Brixen



Dipl. theol. Rudolf Wiesmann, Diözese Innsbruck

Ein 100-Jähriger blickt zurück: „Mit Gottes Hilfe alles geschafft“

Johann Alois Auer aus Strengen in Tirol ist 100 Jahre alt. Ein Hochaltriger?

Er selbst meint dazu: „Alt fühle ich mich nicht, bestenfalls achtzig, weil ich gesund und munter bin. Nur mit den Knien habe ich Probleme. Längere Strecken gehen ist mir nicht mehr möglich.“

Auf die Frage, ob er ein Geheimrezept habe, um 100 zu werden, meinte er: „Ich habe solide gelebt – fast immer. Und ich bin immer tätig gewesen. Skifahren war auch ein Hobby von mir. Und gelesen habe ich mein Leben lang gerne.“

„Hannaslois“, wie ihn die meisten nennen, wirkt lebendig und interessiert. Ein humorvoller Schmäh kommt ihm gerne über die Lippen.



Foto: Rudolf Witzmann

Ereignisreich war sein Leben. Er war das älteste von 3 Kindern. Von seiner Kindheit sagt er: „Die ersten sieben Jahren waren die glücklichsten.“ Da er schon als Kind Interesse an Bildung hatte, finanzierte ihm der Vater einen Abschluss in der Hauptschule, den er mit Vorzug schaffte. Über drei Jahrzehnte war er als Sekretär, teils als Amtsleiter im Gemeindeamt Strengen tätig. Auch die Funktion als Chronist hatte er 30 Jahre lang inne.

Auch von schwierigen Zeiten und Schicksalsschlägen blieb er nicht verschont. 1929 fiel das Elternhaus einem Großbrand zum Opfer. Wenige Jahre später musste die Familie das wiederaufgebaute Haus versteigern.



Foto: Pixabay



Foto: pixabay.de

Mit 19 Jahren wurde er zum Kriegsdienst eingezogen. „Einige Male bin ich nur knapp dem Tod entkommen.“ In der Ukraine wurde er von einer Handgranate getroffen. Die Splitter drangen überall in seinen Rücken ein. Noch heute befindet sich ein Splitter in der Lunge. Neben seiner Verwundung plagte ihn auf dem beschwerlichen Heimweg, der ihm schließlich mit Hilfe anderer gelang, auch der Hunger. Die Dankbarkeit gegenüber dem „Herrgott“ ist groß, den Krieg überlebt zu haben.

Es folgten einige glücklichen Jahre mit seiner geliebten Ehefrau Ida sowie zwei eigenen Kindern und einem Stiefsohn in dem neu erbauten Haus im Ortsteil Steigsiedlung. Gemeinsame Reisen mit seiner Frau führten ihn bis Florida. Bald trübten erneute Schicksalsschläge sein Leben. Mit 28 Jahren kam der Stiefsohn bei einem Verkehrsunfall ums Leben. Und 1996 wurde seine Ida von einem Auto erfasst und jäh aus dem Leben gerissen.

Doch Hannaslois ließ sich nicht unterkriegen. Er lernte,

mit dem Kochbuch seiner Frau zu kochen und sich selbst zu versorgen. Auch fröhliche Zeiten folgten wieder, vor allem beim Seniorenbund Strengen, wo er die „schöne Gemeinschaft“ genoss, vor allem beim Kartenspielen, seiner großen Leidenschaft. Auch organisierte er immer wieder gerne Ausflugsfahrten zu verschiedenen Orten.

Neunzigjährig übersiedelte er ins Betreute Wohnen in die Nachbargemeinde Grins. Hier fühle er sich zufrieden und glücklich. Besonders schätzt er die gute Gemeinschaft mit anderen Kollegen im Haus, mit denen er sich täglich trifft, meistens zum Kartenspielen oder auf einen „Ratsch“. Ob er auch etwas vermisse? Dazu meint er: „Gerne würde ich noch reisen, das geht aber nicht mehr.“

Auf die Frage, was er sich für die weitere Lebenszeit wünscht, meint Hannaslois: „Gesundheit, das ist das Wichtigste. Und dass die Kollegen noch länger leben – zum Kartenspielen. Dafür kann ich den Herrgott nur bitten.“

Hedwig Zingl (92) Mesnerin in Niklasdorf in der Steiermark.

Wenn man jemanden fragt, wer da so zur Pfarre Niklasdorf alles dazugehört, würden wohl vielen Niklasdorferinnen und Niklasdorfer die Mesnerin Hedwig Zingl als erstes einfallen. Sie lebt seit Mitte der 60er Jahre in Niklasdorf. Dort ist sie zuerst als Pfarrhaushälterin, aber später noch in vielen weiteren Bereichen in und um die Pfarre im Einsatz. Seit 50 Jahren, mit der Weihe der neuen Kirche, sind es gleich zwei Kirchen, um die sich Hedwig kümmert. Auch nach der Pensionierung hat sie viele Tätigkeiten weiter im Ehrenamt übernommen. Vor ihrer Zeit in der Pfarre Niklasdorf hat Hedwig als Caritas Familienhelferin gearbeitet. Damals wurde man als Familienhelferin oft einfach Schwester genannt. Ein Bezeichnung die Hedwig seit längeren versucht den Leuten wieder auszureden, denn sie war ja eigentlich nie „Schwester Hedwig“. Doch das ist oft gar nicht so einfach, wenn sich die Leute einmal an einen Rufnamen gewöhnt haben.

Vor zwei Jahren hat Hedwig ihrer Pfarrgemeinde und auch dem Pfarrer gesagt, dass sie dann gerne, wenn sie 91 Jahre alt ist, von ihren Aufgaben etwas abgeben möchte. Die Kraft ist nicht mehr so da. Ich habe in diesen Tagen mit ihr gesprochen, wie es ihr heute geht, wie ihr das Vorhaben gelungen ist und wie die Pfarre reagiert hat.

Sie ist froh, dass sie sich gut selbst versorgen kann, mit einer Hilfe beim Putzen. Einkaufen, kochen usw. kann sie selbst. Weitere Strecken gehen, ist aber kaum mehr möglich. Wobei sich Hedwig eine Reichweite über Niklasdorf hinaus erhält. Zumindest kürzere Strecken bis Bruck und Leoben fährt sie mit ihrem Auto. Das muss sie nächste Woche auch wieder einmal zum Service bringen.

Die Ankündigung vor zwei Jahren wird wie geplant umgesetzt. Sowohl Leute vom neuen Pfarrgemeinderat, als auch andere in der Pfarre übernehmen nach und nach ihre Dienste. Das Kreuz am Aschermittwoch verhüllen zwei der Männer. Für den Blumenschmuck schult sie eine engagierte Frau in der Pfarre ein und so geht es Stück für Stück. Doch die Kirchentüren sperrt Hedwig allerdings nach wie vor selbst in der Früh auf und am Abend wieder zu. - “Weil ich halt am nächsten wohn.”

Im Ort sei derzeit nicht viel los, aber immerhin findet der Faschingsumzug dieses Jahr wieder statt.

Im Sommer wird es auch wieder das Sommerlager in Tragöß für Kinder aus Niklasdorf geben. Dort steht das Ferienheim Niklasdorf, welches von der Pfarre aus entstanden ist und heute von einem regionalen Verein getragen wird. Dieses Kinder- und Jugendlager hat Hedwig auch viele Jahre mit ihrer Arbeit unterstützt und geprägt.

Hedwig Zingl wünscht sich von der Kirche, dass diese ihren Auftrag Gemeinschaft zu stiften wieder mehr in den Blick nimmt und umsetzt.



Foto: Erzdiozese Wien | Stephan Schönlamb

Paul Springer ist seit Juli 2022 Zivildienener im Caritas Seniorenwohnhaus Karl Borromäus Linz

Nützlichkeit – ich denke an den Sozialstaat: alle zahlen ein, tragen etwas bei, dass alle ein gutes Leben führen können. Die Mehrleistung der vielen trägt dazu bei, dass alle, die Hilfe brauchen, etwa nach einem Unfall mit bleibenden Schäden oder bei einer chronischen Krankheit, auch Hilfe bekommen. Kurz: Die Mehrleistung der vielen trägt einzelne.

Das gilt auch für das Alter: In der Pension genießen es viele, um die Welt zu reisen. Später, vielleicht im Altenheim, schaut die Sache noch einmal anders aus: Das kostet einiges, die Betroffenen den Großteil ihres Einkommens, den Rest unser Sozialsystem.

Es ist schön zu sehen, wie sich manche auch hier im Heim ein schönes Leben machen. Eine unserer Bewohnerinnen zum Beispiel, die redet viel mit den anderen Menschen und macht das Beste aus ihrer Situation. Sie hilft mit, wo sie kann, etwa beim Tischdecken, und fühlt sich einfach wohl. Ich hoffe, ich kann das auch einmal so – von ihr kann ich was lernen.

Ich selbst profitiere von der Dankbarkeit der Menschen. Auch wenn sie positiv reagieren auf Angebote oder wenn man versucht, ihnen Freude zu machen. Das tut mir selber gut.

Manche zeigen keine Dankbarkeit, warum auch immer. Ich weiß zu wenig von ihnen und möchte das nicht bewerten. Manchmal regt es mich auf, aber ich kann ihnen nicht böse sein. Lieber konzentriere ich mich auf die positiven Dinge.

Vielen ist es bewusst: Das Altenheim ist die Endstation. Es geht langsam abwärts, und wenn die Leute länger im Krankenhaus waren, kommen sie oft in einem sehr schlechten Zustand zurück.



Foto: privat

Manche nehmen das an, andere geben sich innerlich auf. Es ist ja auch ein Schlag, wenn man von zu Hause weg muss und für alles Hilfe braucht. Da ist es verständlich zu fragen: Wann ist es endlich vorbei?

Und trotzdem nutzen viele die Angebote hier im Haus: Veranstaltungen und Aktivitäten.

Das ist oft richtig schön. Zu Weihnachten haben zwei Pflegende gemeinsam mit einem pensionierten Kollegen ein Krippenspiel aufgeführt. Es war schön, die Freude und das Strahlen in den Gesichtern der Bewohner:innen zu sehen. Da war wieder etwas von dem Zauber, den Weihnachten in der Kindheit hatte.

So ein fast kindliches Strahlen beobachte ich immer wieder. Das ist das Schöne am Alter: Die Leute finden zu dem kindlichen Zauber zurück, besonders bei Veranstaltungen, die mit Herz und Leidenschaft gestaltet werden. Ein Kind denkt nicht nach über Nützlichkeit. Es hat eine schöne Zeit in dem Moment, der gerade ist!



Foto: Martina Platen, KBW Steiermark

Gedanken über das Alter(n)

Wenn man 84 Jahre alt wird, blickt man schon auf eine lange Lebenszeit zurück.

Dieser Blick kann auf verschiedene Weise getrübt werden. So, dass die Vergangenheit verklärt wird. Alles war früher schöner, besser...

Oder, alles war nur schlecht. Ich konnte meine Lebensziele nicht verwirklichen; viele Wünsche blieben unerfüllt...

Beide Einstellungen führen zur Unzufriedenheit und damit zur Beeinträchtigung der Lebensfreude. Auch die gegenwärtige Situation kann dazu beitragen.

Das Älterwerden bringt nun einmal Einschränkungen: Man sieht und hört nicht mehr so gut – und hat man früher bei einer Wanderung in drei Stunden das Ziel erreicht, muss man nun mehr einplanen. Wenn man überhaupt noch längere Strecken zu gehen vermag.

Diese, und andere Einschränkungen, verleiten zu jammern: „Das kann ich nicht mehr und das kann ich nicht mehr“ Statt zu sagen: „Das kann ich noch!“ In der Regel ist oft mehr, als wir uns noch zutrauen.

Es gilt, uns die Lebensfreude auch im Alter nicht nehmen zu lassen.



Foto: Camma

Was kann man dafür tun?

In Bewegung bleiben! Es muss nicht gleich ein Fitnesscenter sein, tägliche Spaziergänge, möglichst in der freien Natur, genügen.

Sich für Vieles interessieren und Neues lernen!

Von Astronomie bis Zoologie, es gibt viele spannende Themen – und die jeweilige Literatur dazu. Fällt das Lesen nicht mehr so leicht, kann man auf Bücher in Grossdruck oder auf Hörbücher zurückgreifen.

Freundschaften pflegen und mit Anderen in Austausch bleiben! Sich für die Mitmenschen und deren Leben interessieren. Nöte wahrnehmen und für Abhilfe sorgen. Wenn möglich, ein Ehrenamt übernehmen.

Den Humor und das Lachen nicht verlieren!

Wer über sich selbst lachen kann, hat immer Gründe und bewahrt sich davor, sich zu wichtig zu nehmen

Loslassen können!

Wer zu viel an dem hängt, was man im Leben gesammelt hat, kann unfrei werden. Die Freiheit ist eines unserer höchsten Güter. Bewahren wir sie uns. Einmal müssen wir auch das irdische Leben loslassen.

Unsere Einstellung zum Tod soll vom Vertrauen in die Liebe Gottes geprägt sein.

Glauben wir an das Wort Jesu „Im Hause meines Vaters gibt es viele Wohnungen, ich gehe hin euch eine zu bereiten.“

Unser letztes Ziel ist bei Gott zu sein. Bei ihm, der unser Leben mit Seiner großen Liebe begleitet hat.

Ein Alter mit diesem Gottvertrauen, in Gesundheit und Gelassenheit und mit viel innerer Freude, wünscht

Herbert Vosicky (Jahrgang 1939)

Aus der Diözese Linz

Abschied in die Pension

Ich freue mich, dass ich fast 24 Jahre als Fachreferent in der Diözese Linz die Altenpastoral mitgestalten konnte.



Viele haben dazu beigetragen, dass es eine reiche Ernte wurde. Ich denke an die vielen Ehrenamtlichen in der pfarrlichen Altenpastoral und in der AH-Seelsorge, die Großartiges zuwege gebracht haben zum Wohl der alten Menschen. Ein großes Danke gilt meinen hauptamtlichen Kolleg:innen, die die AH-Seelsorge, besonders auch in der Pandemie, zu einem besonderen Begegnungsort werden ließen. Das Zusammenspiel in der ARGE Altenpastoral Österreichs und Südtirols hat mir die Arbeit als Referent sehr erleichtert. Und vor allem war und ist es eine Gruppe von lieben Menschen mit einer klaren Vision: Das Alter ist etwas Eigenes und Großes, unvergleichlich mit anderen Lebensaltern und somit eine Entdeckungsreise wert. Danke für dieses wunderbare Miteinander, auch mit dem deutschen Kollegen Dr. Peter Bromkamp.

Die röm.kath Kirche hat sich zu Beginn der 70iger Jahre, noch unter dem frischen Einfluss des II.Vatikanums, als prophetisch erwiesen und in allen Diözesen Fachstellen für Altenpastoral eingerichtet. Dieser prophetische Dienst der Kirche am Menschen und an der Gesellschaft würde ihr auch heute wieder auf die Sprünge helfen.

Rupert Aschauer

Deine KollegInnen von der ARGE wünschen dir Gottes Segen für deinen neuen Lebensabschnitt.



Erzdiözese Wien

Bewegte Kopfnüsse

Jeden zweiten Montag um 9 Uhr treffen sich rund 20 Teilnehmerinnen zu der Zoom Veranstaltung „Bewegte Kopfnüsse“. In einer Viertelstunde starten wir bewegt in die Woche – es gibt Bewegung für Körper und Geist. Auch Impulse zum Nachdenken sind immer dabei.

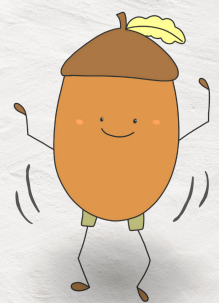
Lima Trainerinnen, Seniorenrundenleiterinnen und Interessierte aus der Erzdiözese Wien und aus dem Lungau freuen sich über neue TeilnehmerInnen aus ganz Österreich. Dazu können Sie diesen QR Code jeweils am Montag um 9 Uhr scannen und sind direkt bei den bewegten Kopfnüssen bzw. an den anderen Montagen bei den Lebenskunst- Interviews dabei.



Vielleicht sind sie ja neugierig geworden und möchten schon einmal vorab etwas daheim ausprobieren:

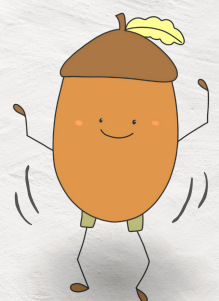
Bewegte Kopfnüsse

Kreisen Sie mit den Handgelenken, nach rechts, nach links, gegengleich. Lassen Sie dabei den Blick im Raum schweifen und versuchen Sie fünf rote Dinge zu finden!



Bewegte Kopfnüsse

Zeichnen Sie im Sitzen oder im Stehen (eventuell am Sessel anhalten) einmal mit dem rechten, dann mit dem linken Fuß einen Achter in die Luft. In welchen Worten kommt die Silbe „acht“ vor?



„Vergangenheit ist Geschichte, die Zukunft ein Geheimnis. Und jeder Augenblick ist ein Geschenk“

Diesen Satz lesend merke ich, dass, je länger ich lebe, die Vergangenheit immer länger wird. Zugleich öffnet sich die Zukunft, die geheimnisvoll verborgen bleibt; oder doch nicht? Der romantische Dichter Novalis fragt: „Wo gehen wir denn hin?“ und antwortet: „Immer nach Hause“. Mein Leben hat also ein Ziel und damit Sinn. Ich falle nicht ins Nichts, sondern werde erwartet von einem mich liebenden Gott.

Als heute „Hochaltriger“ erinnere ich mich, wie wir Junge oder Jüngere vor Jahrzehnten Sechzigjährige als alt bezeichnet haben: war jemand 70 oder mehr war er für uns uralt; wie es auch in der Hl. Schrift zu lesen ist: „Die Zeit unseres Lebens währt siebenzig Jahre, wenn es hochkommt, achtzig. Das Beste daran ist nur Mühsal und Verhängnis, schnell geht es vorbei, wir fliegen dahin“ (Psalm 90).

Es ist gut, sich mit dem Altwerden anzufreunden, das Alter als Geschenk dankbar anzunehmen und dessen Möglichkeiten und Chancen zu nutzen.

Marie Luise Kaschnitz (1901 - 1974) schreibt. „Das Alter ist kein Kerker, sondern ein Balkon, von dem man zugleich weiter und genauer sieht“. Ich vergleiche es auch gern mit einer Bergtour: je mehr man sich dem Gipfel nähert, umso anstrengender wird es, umso mehr spürt man die Müdigkeit, umso schöner und weiter ist dann der Ausblick.



Foto Matthias Hribernik (Presentelle Gurk)

Mag. Matthias Hribernik, Pfarrer i.R.

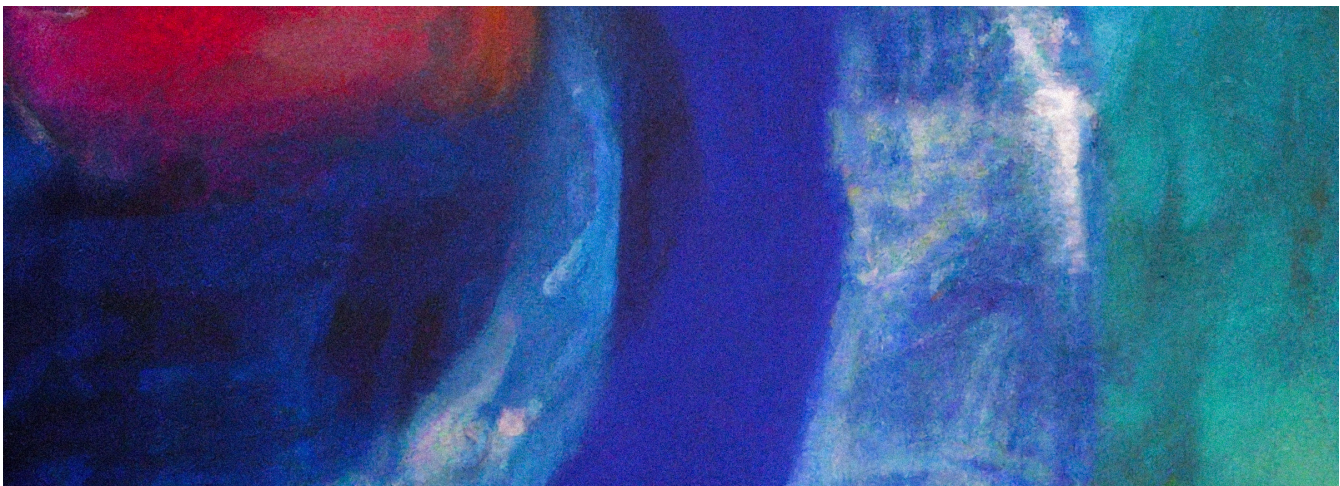
Wir sollen also das Altwerden annehmen mit allem, was es mit sich bringt:

Die eigenen Grenzen akzeptieren- in besonderer Weise die Tugenden des dritten Alters betonen und zu leben versuchen: Weisheit, Wohlwollen, Güte, Zufriedenheit, Gelassenheit, Frieden ... und: mit allen Menschen Geduld haben, besonders auch mit sich selbst.

Es sind weniger die Jahre, die uns alt machen als unsere zunehmende Passivität.

Für den alten Menschen, dem das Geschenk des Glaubens gegeben ist, erschließt sich - nach dem niederländischen Philosophen Baruch de Spinoza (1632 - 1677) ein weiterer trostvoller Blickwinkel nämlich: die Dinge, das Leben zu betrachten „sub specie aeternitatis“ d.h. alles im Blickwinkel der Ewigkeit sehen, die feste Überzeugung haben, dass wir letztlich in Gott geborgen sind; wir gehen -nach Novalis – „immer nach Hause.“

Foto: DALL-E 2 (künstliche Intelligenz)



Diözese Gurk

Lebensfreude in der Begegnung

Treffen der ehrenamtlichen Altenheim-
und Krankenhauseelsorger*innen

**Brannte nicht unser Herz in uns, als er unterwegs mit
uns redete ...?**

Am Beispiel der Emmausjünger wollen wir den vielfäl-
tigen Begegnungen in unserem Leben nachspüren, mit-
einander darüber ins Gespräch kommen und aus dieser
Fülle Hoffnung, Mut und Zuversicht schöpfen.

Durch den Abend führt:
PAss. Waltraud Kraus-Gallob MA,
Referentin für Spiritualität

Termin:

Donnerstag, 20. April 2023
17.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Pfarrzentrum Villach-St. Martin

Anmeldung bitte bis Donnerstag, 13. April 2023 bei:
Gabi Amruš-Glantschnig
Tel.: 0676/8772-5365 oder
Sabine Kämmerer
Tel.: 0676/8772-5364



Foto: umbrellas (pixabay)

Demenz-Café

Ein Aktivierungsangebot für Menschen mit leichter bis mittelgradiger Demenz

Für Menschen mit Demenz bietet das Bildungshaus Sodalitas einmal im Monat das sogenannte Demenz-Café an. An diesem Nachmittag werde Menschen mit Demenz professionell, aktiv und den Bedürfnissen entsprechend betreut. Das Programm umfasst u.a. Bewegungsspiele, Gedächtnis- und Konzentrationsübungen, Übungen zur Erhaltung der Altersfunktionen u.v.m.

Durch das abwechslungsreiche Programm werden Wohlbefinden und Zufriedenheit angeregt. Das Bedürfnis, sozial integriert zu sein wird durch das „Solange-wie-möglich-im-Leben-bleiben“ nach hinten verzögert.

Hinweis:

Zugleich zum Demenz-Café finden Vorträge für Angehörige von Menschen mit Demenz statt.
Begleitung: Petra Stöckl, BScN

Aktivierung und Beschäftigung mit Demenz

20.4.2023, 14.00 bis 17.00 Uhr

Den Alltag sinnvoll gestalten

MMag.^a Alice Ebenberger, MA

Alles wie immer – nichts mehr, wie es war

25.05.2023, 14.00 bis 17.00 Uhr

Pflegende Angehörige

zwischen Selbstaufgabe und Fremdfürsorge

MMag.^a Alice Ebenberger, MA

Menschen mit Demenz gut begleiten

22.06.2023, 14.00 bis 17.00 Uhr

Umgang mit schwierigen Situationen

Sr. Anaclet Nussbaumer

Beitrag

Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort und Anmeldung

Bildungshaus Sodalitas

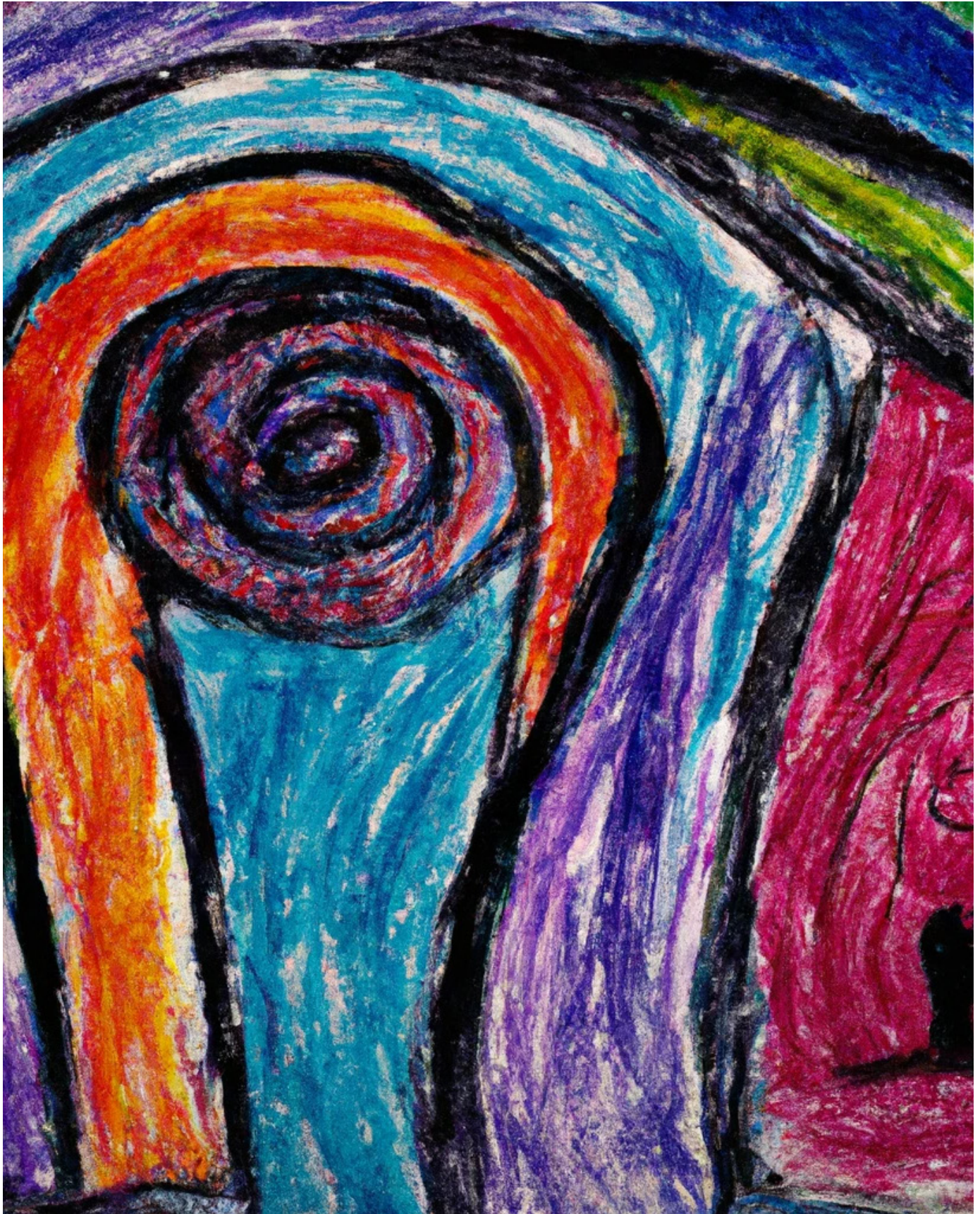
Propsteiweg/Proštijška pot 1, 9121

Tinach/Tinje, Tel: 04239/2642

Mail: office@sodalitas.at



Foto: Frau Moscher (Judith Höbendorf)



Dieses Bild wurde von einer künstlichen Intelligenz namens „DALL-E-2“ zum Thema Demenz erstellt.

Bundesarbeitskonferenz Altenpastoral der Deutschen Bischofskonferenz

17. bis 19. Jänner 2023

in Cloppenburg
Katholische Akademie Stapelfeld

Zusammenfassung

Prof. Dr. Jan Loffeld - seit 2017 Professor für Pastoraltheologie an der Katholischen Hochschule in Mainz; 2018 folgte die Habilitation an der Universität Erfurt. Seit März 2019 ist er Professor für Praktische Theologie und Leiter des „Department of Practical Theology an der Religious Studies“ an der Tilburg University School of Catholic Theology in Utrecht. – hielt einen Vortrag über Zoom zu „Quo vadis Seniorenpastoral“

Prof. Dr. Jan Loffeld kommt zu den Erkenntnissen, dass sich die Wichtigkeit der Religion verringert hat, auch für die 80+. Für viele Menschen ist der Sakramentenempfang nur mehr die Befriedigung eines Ritualbedürfnisses.

Die Säkularisierungskurve geht ziemlich steil nach oben, egal was die Kirche tut.

Prof. Loffeld unterscheidet zwischen den Somewheres, das sind die Dagebliebenen, die „alte Mittelklasse“, die Menschen, die eher orts- und heimatbezogen leben, die wenige Wohnortveränderungen im Laufe ihres Lebens vollzogen haben, die eher eine lineare Berufsbiographie aufweisen, sowie weniger Fremdsprachenkompetenz.

Und den Anywheres, die „neue Mittelklasse“, die ortsungebunden und wohnortflexibel leben, die gut vernetzt sind, mehrsprachig und multimobil leben und die Gewinner und Bewohner der digitalen Globalisierung sind.

Es stellt sich die Frage, in wie weit die Kirche mit den Anywheres noch Kontakt haben wird, wenn sie älter sind?

Prof. Loffeld stellt einige Thesen auf:

Die Seniorenpastoral wird künftig eine Pastoral für die Babyboomer (etwa 1965-1979) sein, denn das ist die letzte, noch einigermaßen umfassend kirchlich-(kritisch) sozialisierten Generation.

Es könnten gut Ansätze einer intergenerationellen Katechese greifen.

Langfristig wird sich auch die Frage um das Thema „Diversität“ stellen.

Es wird auch für die Seniorenarbeit immer wichtiger, rechtzeitig zu agieren und nicht erst zu reagieren. Wir müssen uns an und mit der jeweiligen Zielgruppe für die weitere Arbeit orientieren.

Bei unseren Aktivitäten sollten wir uns überlegen, dass wir anders und Anderes anfangen, die Kirche leerräumen und neu einräumen. Der Gottesfrage sollten wir uns immer wieder neu stellen, interkonfessionell und interreligiös.

Angelika Widrich

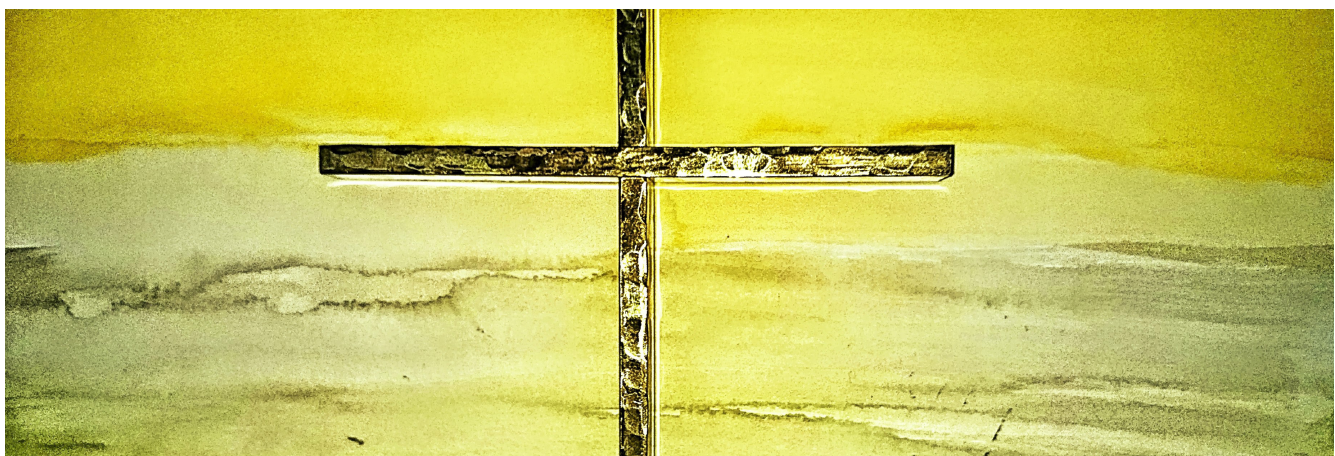


Foto: Pixabay

Tagung der Arbeitsgemeinschaft Altenpastoral Österreich und Bozen-Brixen

Humor ist viel mehr als Entertainment, Humor ist eine Lebenseinstellung! Es ist Beziehungstifter. Lachen öffnet Türen, nimmt Ängste, erzeugt Sympathien und ermöglicht überraschend neue Lösungsansätze. Humor ist eine effektive Handlungsmethode, die zielgerichtet und bewusst eingesetzt werden kann.

14. Juni, 15.00 Uhr, bis 15. Juni 2023, 18.30 Uhr
Cusanus Akademie, Seminarplatz 2, I-39042 Brixen

Referent: **Mag. Werner Gruber**, Spiel- und Theaterpädagoge,
Sozialwissenschaftler, Sozialarbeiter im Raphael Hospiz

Mittwoch, 14. Juni 2023

15.00 bis 18.30 Uhr: Seminar
20.00 Uhr: Vorstellung: „Seniorentheater. Überholspur.“

Donnerstag, 15. Juni 2023

09.00 bis 12.30 Uhr: Seminar
15.00 Uhr: Führung durch den Dom, die bischöfliche Hofburg und
das Diözesanmuseum von Brixen
17.30 Uhr: Hl. Messe mit Diözesanbischof Dr. Ivo Muser

Teilnahmebeitrag: € 50,-

Anmeldung bis 5. Juni 2023 bei:

Gabriele Strauss, Tarviser Straße 30, 9020 Klagenfurt
E: gabriele.strauss@kath-kirche-kaernten.at
T: 0463/5877-2128 oder 0676/8772-2128





Fürchte dich nicht, ich habe dich beim Namen gerufen

Segensfeier zum Beginn eines neuen
Lebensabschnittes (Abschied vom Arbeitsplatz,
Pensionierung, Umzug)

Vorbereiten

Statements für die Eröffnung; Salböl

Eröffnung

Wir haben uns zusammengefunden zu einer Segensfeier für alle, die einen neuen Lebensabschnitt beginnen. Was bewegt jemanden, der einen neuen Lebensabschnitt beginnt?

Wir hören die Gedanken der Betroffenen:

Was sie und uns bewegt: Neugierde und Ängste, Gedanken des Neuaufbruches und Zukunftssorgen, Erleichterung und Bedenken legen wir in die Hände Jesu und rufen zu ihm

Christus-Rufe

Herr Jesus Christus,
du begleitest unser Leben: Herr, erbarme dich.
du berufst uns immer zu Neuem:
Christus, erbarme dich.
du bist bei uns alle Tage: Herr, erbarme dich.

Gebet

Herr, unser Gott! Für ... beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Sie sehen ihm mit Erwartung, aber auch mit Unsicherheit entgegen. Darum sind wir hier zusammengekommen, um uns an deinem Wort zu orientieren und durch deinen Segen stärken zu lassen. Mit dir können wir voll Vertrauen und Zuversicht in die Zukunft schauen. Sei uns nahe, heute und alle Tage und in alle Ewigkeit. Amen.

Lesung

Fürchte dich nicht, denn ich habe dich ausgelöst, ich habe dich beim Namen gerufen, du gehörst mir. Wenn du durchs Wasser schreitest, bin ich bei dir, wenn durch Ströme, dann reißen sie dich nicht fort. Wenn du durchs Feuer gehst, wirst du nicht versengt, keine Flamme wird dich verbrennen. Denn ich, der Herr, bin dein Gott, ich, der Heilige Israels, bin dein Retter. Denn jeden, der nach meinem Namen benannt ist, habe ich zu meiner Ehre erschaffen, geformt und gemacht. (Jes 43,1b-3a.7)

Für die Praxis

Meditation

Du kennst mich, Herr,
und rufst mich beim Namen.
Genau das ist es,
was ich erst lernen muss zu verstehen.

Du hast mich zu etwas berufen,
wozu du keinen anderen berufen hast.
Deinen Ruf möchte ich ernst nehmen,
obwohl ich ihn oft nicht durchschaue.

Ich habe einen Platz
in deinem Plan mit den Menschen
den kein anderer hat.
Lass mich diesen Platz einnehmen.

Lass mich erkennen,
was du jetzt von mir möchtest
und nicht müde werden,
es auch zu tun.

Salbung

In der Bibel ist die Salbung mit Öl ein Zeichen für die
Einsetzung eines Menschen in eine (neue) Funktion,
sowie die Zusage Gottes, ihm auch die erforderlichen
Kräfte dazu zu geben. In diesem Sinne lade ich ... ein,
sich salben zu lassen:

N.N., es stärke Gott, der dich nach seinem Bilde
erschaffen hat. Es begleite dich Jesus, der Sohn Gottes,
der weiß, was wir im Leben brauchen und es ermutige
dich der Heilige Geist, der

Immer da ist, wenn Neues auf uns zukommt.

Fürbitten

Herr, unser Gott! Im Vertrauen darauf, dass du für
uns da bist, bitten wir dich jetzt:

Für ... und alle, die einen neuen Lebensabschnitt
beginnen: Segne und begleite sie!

Für alle, die ihr Leben umstellen und sich neu orien-
tieren müssen:

Für alle, die keinen Lebensmut mehr haben und sich
vor der Zukunft fürchten:

Für alle, die jetzt nach Sinn und Wert suchen:

Für alle, die nach neuen Aufgaben und Verantwort-
lichkeiten Ausschau halten:

Für alle, die neue Pläne verwirklichen wollen:

Für alle, denen die Pensionierung eines Angehörigen
eine Umstellung auch für ihr eigenes Leben bedeutet:

Herr unser Gott, für diese alle und für ihre Anliegen
bitten wir dich. Du bist ja unser Vater, der weiß, was
wir brauchen. Dir vertrauen wir - heute und alle Tage
und in alle Ewigkeit.

Vater unser

Zum Vater, der weiß was wir uns wünschen und was
wir brauchen, wollen wir beten, wie Jesus uns zu
beten gelehrt hat:

Gebet

Guter Gott! Wir blicken auf alles, was war: auf die
schönen und schweren Erfahrungen, auf Zeiten des
Glücks und auf dunkle Wegstrecken. Lass uns voller
Hoffnung und Zuversicht auf den Weg schauen, der
vor uns liegt, und ihn mit dir gehen. Darum bitten wir
durch Christus, unseren Herrn. Amen.

Segensbitte

Gott, der euch seit eurem ersten Lebenstag begleitet,
lasse euch erkennen, wie nahe er auch jetzt ist. Er
sei bei euch in der Zeit, die vor euch liegt, in ihren
schönen, wie in schweren Stunden und schenke euch
Wachstum im Glauben, in der Hoffnung und in der
Liebe.

So seid gesegnet im Namen des Vaters...

Liedvorschläge

GL 365: „Meine Hoffnung und meine Freude“
GL 405: „Nun danket alle Gott“
GL 414: „Herr, unser Herr, wie bist du zugegen“
GL 892: „Meine Seele ist stille in dir“
GL 896: „Mit dir geh ich alle meine Wege“
GL 899: „Herr, du bist mein Trost, mein Licht“
GL 921: „Gott, du bist Anfang und Ende“
GL 927: „Wer glaubt, ist nie allein“

Gedanken einer alten Wurzel

Lieber Gott! Ich muss mit dir reden! Was ich gerade erlebt habe, gibt mir zu denken. Ich weiß, ich bin alt. Aber das! Meinen Stamm konnten sie brauchen. Mich aber haben sie einfach liegen lassen. Ich bin für sie nur wertlos, nur Abfall...

Nöte

Sie haben mich einfach liegen lassen, wollen mit mir nichts zu tun haben. Ich bin nichts wert, bringe keinen Gewinn. Herr, schau wenigstens du auf mich und auf alle anderen, denen es auch so geht: alle, die schwach sind; alle, die unter den Vorgaben anderer zerbrechen; allen, die zu müde sind um sich noch zu behaupten; alle, die ihre Grenzen erleben.

Besteht das Leben nur aus Gesundheit, Geld, attraktivem Aussehen, Macht? Meine Erfahrung ist, dass dies alles zerrinnt, dass das Leben auch andere Seiten hat: sich zurücknehmen müssen, mit Menschen leben, die man sich nicht ausgesucht hat, anderen Raum geben. Möchten die Menschen, dass mit ihnen auch einmal so umgegangen wird, wie sie mit mir umgegangen sind? Wer aber nimmt schon eine alte Wurzel ernst!

Bitte

Herr, ich halte dir meine Arme entgegen. Hör wenigstens du mich! Nimm wenigstens du mich ernst! Gib, dass die Menschen ihren Irrtum einsehen und verstehen, dass das Leben viele Seiten hat, angenehme und andere!

Interesse

Während ich da liege, sind Kinder vorbeigekommen. Sie sind stehen geblieben und haben mich lange angeschaut. Ich glaube, sie haben sich wirklich Gedanken über mich gemacht. Wenn es die Kinder nicht gäbe, wer würde sich zu mir setzen und mir etwas erzählen? Wer würde mir zuhören? Wer fände mich interessant? Wer würde mich etwas fragen? Früher habe ich mich zu den Kindern gesetzt, habe ihnen Geschichten erzählt, mit ihnen gebetet und gewartet, bis sie eingeschlafen sind.

Mir kommt vor, die Kinder sind den Menschen auch nicht so viel wert. Dauernd höre ich, dass es zu wenige Kinder gibt. Da kann ich ein Erlebnis nicht vergessen: Einmal sind ein Mann und eine Frau vor meinem Stamm stehen geblieben und haben gestritten. Ihr Kind war nicht geplant und sollte weg. Die Kinder sind im Weg, die Alten sind im Weg. Dabei wird von beiden so viel erwartet! Die Kinder sollen einmal Die Alten könnten doch noch.



Foto: Pixabay

Für die Praxis

Bitte

Herr, es ist gut, dass du den Kindern die Gabe schenkst, Schlimmes schnell wieder zu vergessen und den Alten die Gewissheit, dass sie auch etwas geleitet haben. Ob die Zeiten früher einfacher waren, mag ich nicht beurteilen. Doch gib, dass die Menschen aus ihnen lernen.

Botschaften

Mein Gott, wer legt fest, was schön ist und was nicht? Bin ich schön? Die vielen Jahre haben meine Arme ganz verbogen. Als ich jung war, wollte ich sie ganz gerade in die Erde wachsen lassen. Dann bin ich auf einen Stein gestoßen. Ich wollte nicht nachgeben, doch der Stein war stärker. Daraus habe ich gelernt: Schwierigkeiten kann man nicht immer mit Gewalt ausräumen. Oft kommt man mit Phantasie und Geduld weiter. Manchmal auch über Umwege. Mit den Steinen habe ich mich arrangiert. Statt zu versuchen, sie auf die Seite zu schieben, umklammere ich sie. Davon profitieren wir beide. Die Steine können bleiben wo sie sind und geben mir Halt. Soviel Halt, dass ich meinen Stamm tragen konnte.

Meine Arme haben dadurch eigenartige Formen angenommen. Sind sie deswegen hässlich? Manche sagen sogar, ich sei eine schöne Wurzel! Gebogene Arme können aber noch mehr. In ihnen sammelt sich Erde. Darin kann eine Blume wachsen oder ein Käfer wohnen.

Bitte

Herr, ich bitte dich für die Alten. Sie sollen nicht behaupten, ihre Wege sind die einzig richtigen! Ich bitte dich für die Jungen, dass sie neue, eigene Wege suchen, dass sie sich von Steinen, die im Weg liegen, nicht abschrecken lassen, dass sie die kleinen Dinge, die das Leben lebenswert machen, achten und schätzen. Sag du ihnen, dass das gut ist. Mir glauben sie ja doch nicht.

Erfahrungen

Herr, sie haben mir meinen Stamm genommen. Viele Jahre habe ich ihn gehalten. Wir waren miteinander verwachsen. Bei jedem Wetter habe ich ihm Halt gegeben. Dafür hat er mir erzählt was er von seiner Höhe aus sieht: den Himmel, die Vögel, die Berge, die Sonne. Wir haben auch von der Härte eines langen Winters gesprochen. Du weißt, dass wir gerade da zusammen

gehalten haben. Jetzt haben sie uns getrennt...

Wissen die Menschen nicht mehr, wie kostbar es ist miteinander zu leben? Sie reden von Liebe und von Treue, doch schon bei kleinen Problemen gehen sie auseinander. Sie reden von Gemeinschaft, doch wenn sie keine Vorteile mehr bringt, gehen sie sich aus dem Weg. Manchmal dachte ich mir auch, dass das Leben ohne Stamm einfacher sei. Ich bräuchte nicht teilen, nicht nachgeben, mich um niemanden kümmern. Doch ich hätte ohne ihn nicht leben können. Nur miteinander waren wir ein Baum.

Träume

Gott, ich träume davon, mit meinen Erfahrungen zu helfen, auf Dinge aufmerksam zu machen, die oft übersehen werden. Ich möchte zum Nachdenken anregen über das Leben mit seinen vielen Seiten und darüber, dass diese zusammen gehören. Mit wem kann ich darüber sprechen, wenn nicht mit dir?

Die Alten haben den Jungen

immer etwas voraus:

Ihr Alter, ihre Erfahrung.

Die Jungen haben den Alten

immer etwas voraus: Ihre Jugend, ihre Kraft.

Dank für die Alten mit ihren Erfahrungen, ohne die wir nicht sein könnten.

Dank für die Jungen mit ihren Fragen, ohne die die Alten nicht sein könnten.

Alle, die Jungen und die Alten mögen ihren Platz finden und ihn ausfüllen.

Und ich auch.

(Hanns Sauter)

Buchtipps



Karl Rahner
**Alt werden
und lebendig bleiben**
Ostfildern
(Grünewald-Verlag) 2021

Altwerden und Alt sein - zumindest jene Jahre, von denen es in der Bibel heißt „ich mag sie nicht“ (Koh 12,1) - gilt meist als Lebensphase, die kommt und in Kauf genommen werden muss. Der Jesuit Karl Rahner, der 1984 im 80. Lebensjahr verstorben ist, hat sich immer wieder einmal mit der spirituellen Seite des Älterwerdens beschäftigt und dazu auch etliche Schriften verfasst. Einige charakteristische Auszüge aus diesen Texten sind hier zusammengestellt. Sie sind mittlerweile 40 Jahre und älter - stammen also aus einer Zeit, in der das Alter(n) noch weithin als „Vorbereitung auf den Tod“ verstanden wurde. Umso mehr fällt auf, dass Rahner - der immer weiter denkende Theologe - sich auch hier von allgemeinen Denkmustern absetzt. Bei aller Zeitgebundenheit seiner Terminologie denkt er an Aufgaben und Chancen des Alters, die sich nicht in einem „ergebenen Sterben“ erschöpfen, sondern den Glauben im Alter verlebendigen. Zudem stellt er eine Sicht des christlichen Sterbens heraus, das „Mitsterben mit Christus“ (S. 59), die bereits Paulus entwickelt, aber so präsent ist wie sie sein könnte (Röm 6, 5-11). „Altwerden ist eine wirklich ernste Sache“ - so Karl Rahner; sich darüber Gedanken zu machen ohne gleich in ein Loch zu geraten - dazu sind seine Überlegungen hilfreich.



Peter Dyckhoff
Älter werden mit Zuversicht
Freiburg
(Herder-Verlag) 2022

Das jüngste Buch des bekannten Priesters, geistlichen Begleiters und Autors gliedert sich in drei Teile. Im ersten Teil „Älterwerden annehmen und gestalten“ vertritt Dyckhoff die Meinung, beim Älterwerden geht es darum, Gott immer ähnlicher zu werden. Auf die Frage: „Wie geht denn das?“, die sich automatisch stellt, antwortet er mit einer Reihe von Beispielen aus seiner seelsorgerlichen Erfahrung und zeigt an Hand dieser sowohl gelingende Wege, aber auch Hindernisse auf. Ausgehend davon formuliert er im Anschluss zahlreiche, der Wirklichkeit des Lebens entsprechende und für jeden nachvollziehbare Impulse, die anregen, diesen Lebensabschnitt zu-

versichtlicher und mit einem Blick nach vorne zu gestalten. Der zweite Teil ist überschrieben mit „Alter und Unsterblichkeit“. Dyckhoff versteht das ganze Leben und mit ihm das Alter als einen Aufbruch mit dem Ziel, auf Gott als „den Älteren“ hin zu wachsen. Während sich der Körper verändert - altert - und einmal vergeht, ist die Seele des Menschen immer dieselbe. Sie bringt letztlich den Menschen zu Gott, bei dem er ein Leben erfährt, das den Alterungsprozess überschritten hat und nur aus Erfüllung besteht. Dieses Leben zu beschreiben, fehlen uns zwar die Worte, doch das Wissen darum - zusammen mit einem Gebet der Hingabe - nimmt die Angst vor dem Sterben. Im dritten Teil „Darstellung des Herrn“ geht es um das Zeugnis des greisen Simeon

(Lk 2). Neben einigen Erläuterungen zu dessen Gebet „Nun entlässt du, Herr, deinen Diener“ betrachtet Dyckhoff das vielschichtige bekannte Gemälde von Rembrandt „Simeon mit dem Christuskind“, das auch das Umschlagmotiv des Buches ist.

Fazit: Ein schönes zudem in einer leserfreundlichen Schrift gehaltenes Buch, das man nicht einfach so herunterliest, sondern immer wieder einmal zur Hand nimmt - als älterwerdender Mensch, der sich Gedanken um seine Zukunft macht, als hilfreiche Lektüre für den/die geistliche(n) Begleiter(in) oder Seelsorger(in) in der Seniorenpastoral oder als Ideengeber sowohl im Beratungsgespräch oder zur Gottesdienstgestaltung. Besonders die im zweiten Teil enthaltenen Gedanken zum - wie es gewöhnlich genannt wird - „ewigen Leben“ sind eine Bereicherung. Sich damit zu beschäftigen bedeutet sowohl eine Entlastung, als auch eine Motivation zu Glauben, Vertrauen und Zuversicht.

Sie tragen Frucht noch im Alter
und bleiben voll Saft und Frische.

Ps 92,15
