



DAS ALTER. UNSERE ZUKUNFT

Ideensammlung zum Welttag
der Großeltern und
älteren Menschen 2021





**MEIN LEBEN,
SCHATZ IM ZERBRECHLICHEN GEFÄSS,
GOTT SIEH ES AN, WIE ES GEWORDEN
IST IN ALL DEN JAHREN!**

Den Gebetstext, den Sie im Mittelteil des Heftes finden, können Sie zum Verteilen kostenlos unter seniorenpastoral@edw.or.at bestellen.

VORWORT

Papst Franziskus hat das Jahr der Familie ausgerufen. Einer der Höhepunkte ist der Welttag der Großeltern und älteren Menschen. Dieser soll ab nun immer am 4. Sonntag im Juli gefeiert werden.

Wir laden Sie ein, diesen Tag auch in Ihrer Pfarre besonders zu gestalten. Stellen Sie sich Ihre Pfarre einmal ohne Seniorinnen und Senioren vor – da würde wohl sehr viel fehlen!

Wir haben für Sie Gestaltungsideen für den Gottesdienst vorbereitet. Sie können einzelne Teile davon auswählen, je nachdem ob Sie in einer Pflegeeinrichtung eine Wortgottesfeier feiern, oder zu einer OmaOpaEnkelWallfahrt einladen.

Sie finden hier auch einige Ideen, wie Sie das Thema „Alter“ in Ihrer Pfarre wieder in den Blick bringen können und Anregungen für verschiedene Gruppen. Ändern Sie diese Vorschläge gerne nach Ihren Begebenheiten ab. Bitte beachten Sie besonders die jeweils geltenden Corona Schutzmaßnahmen und passen Sie Ihr Angebot dementsprechend an.

Danke für Ihr Engagement in der pfarrlichen Seniorenarbeit – ohne Sie würde in unseren Pfarren wirklich sehr viel fehlen.

„Das Alter: unsere Zukunft“ ist der Titel des vatikanischen Schreibens zur Situation der älteren Menschen nach der Pandemie. Geben wir in unseren Pfarren und Familien den älteren Menschen die Wertschätzung, die sie verdienen. Gemeinsam können wir alle, Alt und Jung, unsere Zukunft gestalten!

Ihr Team der Seniorenpastoral der Erzdiözese Wien

GOTTESDIENSTBAUSTEINE

Kostbares Alter

Gottesdienstbausteine zum „Welttag der Großeltern und älteren Menschen“ Bausteine zu Gottesdiensten in Gemeinden und Senioren-Einrichtungen, sowie zu einem Gottesdienst von Großeltern mit Enkeln.

Einführung

Papst Franziskus hat einen „Welttag der Großeltern und älteren Menschen“ eingeführt, der heuer zum ersten Mal und künftig am vierten Sonntag im Juli begangen werden soll. Dieser Termin ist nicht zufällig rund um das Fest der „Großeltern Gottes“ am 26. Juli, der Heiligen Joachim und Anna, der Eltern Marias, gewählt. „Großeltern“ und „ältere Menschen“ - hinter diesen Worten verbirgt sich die ganze Spannung zwischen den Polen „einen neuen Lebensabschnitt beginnen“ bis hin zu „dorthin geführt werden, wohin du nicht willst“. (Joh 21,18). Denken wir nur daran, dass das Großeltern-Sein viele Menschen als Bereicherung ihres älter werdenden Lebens schätzen, aber auch an die immer wieder aufflammenden Diskussionen um die Finanzierung der Pflegekosten oder die Möglichkeiten, Leben zu beenden. Das Evangelium ist eine frohe Botschaft für alle Lebenssituationen und unser Glaube will Hilfe in allen Lebenslagen sein. Wir wenden uns an Jesus, der dies den Menschen immer wieder versichert hat und rufen zu ihm:

Herr Jesus Christus, du verkündest den Menschen die frohe Botschaft:
Herr Jesus Christus, du schenkst uns Mut und festigst unser Vertrauen:
Herr Jesus Christus, wo du bist, herrschen Freude und Zuversicht:

oder

Herzlich willkommen alle, die zum heutigen Gottesdienst gekommen sind: die Kinder und ihre Großeltern, alle Erwachsene, die für Kinder die Rolle von Großeltern übernommen haben und alle, die mit uns beten! Wir haben

zu dieser Feier eingeladen, weil wir heute den Gedenktag der Heiligen Joachim und Anna begehen, der Eltern der Gottesmutter Maria. Sie sind - menschlich gesehen - die Großeltern Jesu. Wir wissen nicht, ob Jesus sie persönlich gekannt hat. Wir wissen aber, dass zu seiner Zeit die Großeltern, vor allem die Großmütter, für die Kinder wichtige Bezugspersonen waren. Auch heute ist das so. Kinder und ihre Großeltern sind sehr wichtig füreinander.

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

Du hast alle Menschen aufgefordert, zu dir zu kommen:

Du hast die Kinder besonders gesegnet:

Du wurdest von allen gepriesen:

Gebete

Lebendiger Gott! Ob jung oder alt, ob gesund oder krank - alle Menschen sind deine Geschöpfe. Jeder einzelne ist einmalig und kostbar. Hilf uns, diese Einmaligkeit zu sehen, in der Beziehung zu dir unseren Wert zu erkennen und daraus Selbstvertrauen zu schöpfen. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Herr unser Gott! Du hast Joachim und Anna auserwählt, Maria, der Mutter Jesu, das Leben zu schenken. Ihre Fürsprache und Hilfe trage dazu bei, dass allen Eltern und Großeltern ihre Aufgaben als Begleiter, Vorbild und Erzieher erfüllen können und dass alle Kinder und Enkelkinder zum Glauben an dich finden. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Guter Gott! Wir danken dir, dass du uns als Großeltern und Enkel einander geschenkt hast, dass wir uns gerne haben und unser Leben gegenseitig bereichern. Hilf uns, die Balance zu finden zwischen unseren unterschiedlichen Lebenswelten und miteinander voll Vertrauen in die Zukunft zu gehen. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Lebendiger Gott! Wir bringen dir (mit den Gaben von Brot und Wein) unsere Gedanken, unsere Sehnsüchte, unsere Wünsche. Nimm sie an und wandle sie, dass sie uns und allen, die wir in unser Gebet einschließen, zum Segen werden. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Herr unser Gott! In dieser Feier haben wir wieder neu erfahren: Wir sind von dir so gewollt, wie wir sind, jeder von uns ist kostbar, wie er ist, jeder von uns hat eine Aufgabe und einen Wert. Lass uns dies erkennen und daraus unser Leben gestalten. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Lesung

1. Vorschlag: 2 Sam 19, 32-41

Hinführung

Alt sein ist bestimmt von zwei Polen. Der eine heißt: Selbstbestimmung, Unabhängigkeit und Lebensfreude. Der andere besteht aus den Befindlichkeiten, denen wir lieber aus dem Weg gehen möchten: Gebrechlichkeit, Fremdbestimmung, das Angewiesen sein auf andere. In der Lesung hören wir vom 80jährigen Barsillai. Er hat sich um König David verdient gemacht. Dieser möchte ihn daher als Ratgeber an seinen Hof holen. Barsillai lehnt mit dem Hinweis auf sein hohes Alter und seine schwindenden Kräfte ab. Er weiß um seine Verdienste, er weiß aber auch um die Zerbrechlichkeit des Lebens. Der Realismus, mit dem er sich seinem Alter stellt, verleiht ihm Würde und Wert.

2. Vorschlag: Sir 44, 1.10-15 - aus dem Messformular vom 26. Juli

Hinführung

„Fromm“ bedeutet, in der Verbindung mit Gott lebensfähig zu sein. Dies gilt für Männer gleichermaßen wie für Frauen. Wer - wie Joachim und Anna - aus der Verbindung mit Gott lebt, lebt aus einer Hoffnung, die nicht verloren geht. Sein Leben wird Spuren hinterlassen.

Antwortpsalm

KV GL 38.1: „Der Herr ist mein Licht und mein Heil.“
Ps 34, 1-6, 11.14

oder: Messformular vom 26. Juli

Ruf vor dem Evangelium

Halleluja, Halleluja. Preist den Herrn, ihr Menschen, alte und junge. Lobt und preist ihn in Ewigkeit. Halleluja

oder: Messformular vom 26. Juli

Evangelium

1. Vorschlag: Mt 5, 13 - 16

Hinführung

Jesus sagt ganz klar und ohne irgendeine Einschränkung, dass unser Leben einen Sinn hat. Wir müssen ihn nur entdecken.

2. Vorschlag: Mt 13, 31-35 (vom 26. Juli)

Hinführung

Aussäen, heranwachsen lassen, geduldig bei einer Sache bleiben, sich an dem freuen, was entsteht - gehört das nicht auch zum Großeltern-Sein?



Predigtvorschläge

1. Vorschlag: zu Mt. 5,13-16

Ich glaube, dass die Zuhörer Jesu recht erstaunt waren, als sie das hörten: „Ihr seid das Salz der Erde. Ihr seid das Licht der Welt!“ Mancher hat sich wohl gedacht: Wie kann Jesus das von mir behaupten? Er kennt mich doch gar nicht! Er ahnt ja nicht einmal, wie es mir wirklich geht! Ich habe mit so vielen eigenen Problemen zu kämpfen - wie kann ich da noch für andere Salz oder Licht sein? Jesus ist sicher nicht realitätsfremd. Er weiß, dass unser Leben oft mühsam ist, dass es Belastungen und Grenzen ausgesetzt ist. Doch spüren wir nicht in unserem Alltag, wie es sein kann, wenn ein Mensch für andere zu „Salz“ und „Licht“ wird: wenn er uns eine andere Sichtweise erschließt, wenn er eine berechtigte Kritik anbringt, einen neuen Horizont eröffnet, neuen Mut schenkt, sich einfach für uns Zeit nimmt? Durch die Art und Weise, wie wir leben, wie wir uns anderen gegenüber verhalten, können wir Salz und Licht sein. Dies können wir ganz nach unseren Kräften und Möglichkeiten. Nicht nur die fitten und rüstigen Senioren, die als freiwillige Mitarbeiter gesucht sind, sondern auch jene mit weniger Kräften. Sie können zu einem Licht werden für alle, die in ihre Nähe kommen, wenn sie z. B. mitdenken, mitfühlen, freundlich, geduldig sind, ein Wort der Anerkennung oder des Dankes sagen. Jesu Wort: „Ihr seid das Licht der Welt, ihr seid das Salz der Erde“ ist keine Übertreibung oder Überforderung. Er möchte dazu auffordern, zu tun, was jeder tun kann, nicht mehr und nicht weniger. Auch ein kleines Licht ist ein Licht und daher kostbar. Er weiß aber auch, was Gottes Gnade in uns wirken kann, wenn wir uns ihr öffnen, denn Gott traut uns mehr zu, als wir uns oft selbst zutrauen. Er ist davon überzeugt, dass jeder von uns - unabhängig von allem, was Menschen denken - Sinn und Wert hat und möchte uns ermutigen, dies zu entdecken und zu vermitteln.

2. Vorschlag: mit Beteiligung der Kinder

Die Geschichte von Joachim und Anna

Anna war verheiratet mit dem reichen Viehzüchter Joachim. Die beiden lebten sehr glücklich zusammen und waren sehr gläubige Menschen. Aber sie waren traurig, weil Gott ihnen kein Kind geschenkt hatte. Schon viele, sehr viele Jahre hatten sie auf ein Kind gewartet. Anna betete mit ihrem Mann oft im Tempel. Aber alle Bitten waren bisher umsonst. Einmal versprach Anna dem lieben Gott: „Wenn du meinem Mann und mir ein Kind gibst, will ich es dir allein schenken. Ich will es zum Tempel bringen, damit es dir dient alle Tage seines Lebens.“ Wieder vergingen viele Jahre. Als Anna schon sehr alt war, erschien eines Tages ein Engel in ihrem Zimmer. Er sprach: „Anna, Gott hat deine Gebete erhört. Du wirst ein Kind bekommen. Darüber wird sich die ganze Welt freuen.“ Anna war sehr glücklich über das, was der Engel ihr sagte. Auch Joachim freut sich sehr. Die beiden alten Leute eilten zum Tempel und dankten Gott von ganzem Herzen. Nach neun Monaten brachte Anna ein Mädchen zur Welt. Sie nannten ihre Tochter Maria. Dieses Mädchen wurde später die Mutter von Jesus. Anna und Joachim erzogen ihre Tochter im festen Glauben an Gott. Als das Mädchen drei Jahre alt war, brachten sie es nach Jerusalem in den Tempel, damit es dort Gott dienen konnte. Das ist den Eltern bestimmt sehr schwer gefallen! Aber sie hatten es ja versprochen. Wir wissen nicht, wie Annas Leben weitergegangen ist, ob sie noch lange gelebt hat oder ob sie schon bald gestorben ist. Schon immer haben die Menschen auch die Eltern Marias, die heilige Anna und den heiligen Joachim, sehr verehrt. Joachim und Anna sind nämlich die menschlichen Großeltern von Jesus.

Die Geschichte erzählen oder Kinder die Geschichte spielen lassen (Personen: Erzähler, Anna, Joachim, Engel, evtl. Maria), dann weiter führen:

Anna (hebr. Hanna) bedeutet „Anmut, Gnade, Glück“, Joachim (hebr. Joja-

kim) bedeutet „Jahwe richtet auf“, Maria (hebr. Mirjam) bedeutet „die von Gott Geliebte“. Was sagen die Namen über Joachim, Anna und Maria aus? Was sagen sie über Gott aus? Was sagt die ganze Geschichte über Gott?

Anhaltspunkte: Gott erhört, Gott macht glücklich, Gott sucht sich Menschen, mit denen er etwas Besonderes vor hat. Was ist das Besondere an meinen Großeltern? Was gefällt mir an ihnen? Was wünsche ich mir von ihnen? Damit Enkel und Großeltern einander gut verstehen, werden sie heute gesegnet.

Fürbitten

1. Vorschlag

Guter Gott, in dieser Feier bitten wir dich:

- » Für alle Menschen, die im Alter ihr Leben und ihren Glauben neu entdecken:

A: Bitten wir dich, Herr

- » Für alle, die in ihrem Leben nur das sehen, was ihnen nicht gelungen ist:
- » Für alle, die sich um alte Menschen kümmern:
- » Für alle, die Heimat und Geborgenheit vermitteln:
- » Für alle, die nach sinnfüllenden Aufgaben Ausschau halten:
- » Für alle, die sich vor dem Älterwerden fürchten:

Guter Gott, dies sind einige unserer Bitten und Anliegen. Schenke uns, was wir brauchen und füge hinzu, was unserem Gebet noch fehlt. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

2. Vorschlag

Guter Gott! Du hältst deine Hand über uns, über Kleine und Große. Wir bitten dich:

Großeltern:

- » Hilf uns, mit Freude und Zutrauen den Weg unserer Enkelkinder zu begleiten:
- » Gib uns die Kraft, zu unterstützen und zu helfen, aber auch den Mut, Grenzen zu ziehen:
- » Lass unsere Kinder Freunde finden, mit denen sie gemeinsam die Welt entdecken:

Kinder:

- » Schenke unseren Großeltern Gesundheit, Freude und ein langes Leben:
- » Segne und beschütze auch unsere Eltern:
- » Beschütze uns und alle anderen Kinder:

Guter Gott! Wir danken dir für die vielen schönen Stunden, die wir miteinander verbringen dürfen. Lass uns nicht vergessen, dass du auch in den traurigen bei uns bist. Dir sei Lob, Dank und Ehre heute und alle Tage und in alle Ewigkeit.

Weitere Bausteine

Kostbares Alter

Kostbar, mein Leben

Kostbar, mein junges Leben

Kostbar, mein altes Leben

Kostbar, mein Leben gestern

Kostbar, mein Leben heute

Kostbar, mein Leben jetzt

Kostbar, mein Leben mit aller Freude

Kostbar, mein Leben mit allem Leid

Kostbar, mein Leben mit aller Trauer

Kostbar, mein Leben mit allem Scheitern

Kostbar, mein Leben mit allem Erreichten
Kostbar, mein Leben mit allem Gelingen

Mein Leben,
Schatz im zerbrechlichen Gefäß,
Gott sieh es an, wie es geworden ist in all den Jahren!

Geformt von deinen Händen
geformt von den Händen derer, die mich erzogen haben
geformt von den Händen derer, die mich geprägt haben
geformt von den Händen derer, die mich lieben
geformt von den Händen derer, die mich hassen
geformt durch meine eigenen Hände

sieh es an mit seiner Bemalung
sieh es an mit seinen Sprüngen
sieh es an mit seiner Standfestigkeit
sieh es an mit seinen Klebestellen
sieh es an mit seinen Besonderheiten
sieh es an mit seiner Einmaligkeit

Schau, o Gott, schau auf das Gefäß meines Lebens
schau und fülle es!

Fülle es mit deiner Freude
fülle es mit deiner Liebe
fülle es mit deinem Geist
fülle es mit deinem Vertrauen
fülle es mit deiner Geduld
fülle es mit deinem Leben

KOSTBARES ALTER

Lebendiger Gott! Ob jung oder alt, ob gesund oder krank - alle Menschen sind deine Geschöpfe. Jeder einzelne ist einmalig und kostbar. Hilf uns, diese Einmaligkeit zu sehen, in der Beziehung zu dir unseren Wert zu erkennen und daraus Selbstvertrauen zu schöpfen. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

KOSTBARES ALTER

Kostbar, mein Leben
Kostbar, mein junges Leben
Kostbar, mein altes Leben
Kostbar, mein Leben gestern
Kostbar, mein Leben heute
Kostbar, mein Leben jetzt

Kostbar, mein Leben mit aller Freude
Kostbar, mein Leben mit allem Leid
Kostbar, mein Leben mit aller Trauer
Kostbar, mein Leben mit allem Scheitern
Kostbar, mein Leben mit allem Erreichten
Kostbar, mein Leben mit allem Gelingen

Mein Leben,
Schatz im zerbrechlichen Gefäß,
Gott sieh es an, wie es geworden ist in all den Jahren!

Geformt von deinen Händen
geformt von den Händen derer, die mich erzogen haben
geformt von den Händen derer, die mich geprägt haben
geformt von den Händen derer, die mich lieben
geformt von den Händen derer, die mich hassen
geformt durch meine eigenen Hände

sieh es an mit seiner Bemalung
sieh es an mit seinen Sprüngen
sieh es an mit seiner Standfestigkeit
sieh es an mit seinen Klebestellen
sieh es an mit seinen Besonderheiten
sieh es an mit seiner Einmaligkeit

Schau, o Gott, schau auf das Gefäß meines Lebens
schau und fülle es!

Fülle es mit deiner Freude
fülle es mit deiner Liebe
fülle es mit deinem Geist
fülle es mit deinem Vertrauen
fülle es mit deiner Geduld
fülle es mit deinem Leben

Erfülle mein Leben
lass es bleiben in deiner Liebe
erhalte es durch deine Liebe
vollende es in deiner Liebe
gib, dass es deine Liebe erwidert

WAS UNSER LEBEN KOSTBAR UND WERTVOLL MACHT

Kerze

Jesus hat uns zugesagt, dass wir ein Licht für die Welt sind. Ohne Licht gibt es kein Leben, keine Orientierung. Auch ein kleines Licht macht die Dunkelheit hell.

Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Salz

Jesus hat uns zugesagt, Salz für die Erde zu sein. Ohne Salz schmeckt das Essen fad. Salz sorgt für Geschmack. Jesus traut uns zu für Abwechslung und Freude zu sorgen.

Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Herz

Das Herz ist ein Symbol für Liebe. Gott ist dort, wo Menschen einander

Liebe schenken. Durch unser Miteinander, unsere Freundschaft und Verbundenheit wird Gott spürbar.

Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Rosenkranz

Der Rosenkranz ist Symbol für das Gebet. Wir danken für die Kraft des Gebets, um das uns immer wieder andere Menschen für sich und ihre Anliegen bitten.

Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Uhr

Die Uhr deutet an, dass wir dort Zeit schenken können, wo sie anderen fehlt, dass wir uns Zeit nehmen können, um auszugleichen, zu unterstützen, Freude zu schenken. Wir haben dazu immer wieder neue Möglichkeiten.

Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Foto

Das Foto ist ein Zeichen für alles, was wir durch Menschen, durch Schicksale, durch Glückserlebnisse, durch unseren Lebenslauf, erfahren konnten. Durch unsere Erfahrungen können wir anderen raten und beistehen.

Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Blumen

Blumen sind Zeichen für alles, was das Leben bereichert und verschönert, vor allem für die kleinen Aufmerksamkeiten, die auch nicht sein müssten. Wir danken Gott für die vielen großen und kleinen Dinge, die unser Leben wertvoll machen.

Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Hanns Sauter

Den Gebetstext können Sie kostenlos zum Verteilen unter seniorenpastoral@edw.or.at bestellen.

Erfülle mein Leben
lass es bleiben in deiner Liebe
erhalte es durch deine Liebe
vollende es in deiner Liebe
gib, dass es deine Liebe erwidert

Danksagung

Wir wollen mit Hilfe einiger Symbole aufzeigen, was das Leben im Alter wertvoll macht und dafür danken:

Kerze

Jesus hat uns zugesagt, dass wir ein Licht für die Welt sind. Ohne Licht gibt es kein Leben, keine Orientierung. Auch ein kleines Licht macht die Dunkelheit hell.

A: Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Salz

Jesus hat uns zugesagt, Salz für die Erde zu sein. Ohne Salz schmeckt das Essen fad. Salz sorgt für Geschmack. Jesus traut uns zu für Abwechslung und Freude zu sorgen.

A: Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Herz

Das Herz ist ein Symbol für Liebe. Gott ist dort, wo Menschen einander Liebe schenken. Durch unser Miteinander, unsere Freundschaft und Verbundenheit wird Gott spürbar.

A: Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Rosenkranz

Der Rosenkranz ist Symbol für das Gebet. Wir danken für die Kraft des Gebets, um das uns immer wieder andere Menschen für sich und ihre

Anliegen bitten.

A: Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Uhr

Die Uhr deutet an, dass wir dort Zeit schenken können, wo sie anderen fehlt, dass wir uns Zeit nehmen können, um auszugleichen, zu unterstützen, Freude zu schenken. Wir haben dazu immer wieder neue Möglichkeiten.

A: Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Foto

Das Foto ist ein Zeichen für alles, was wir durch Menschen, durch Schicksale, durch Glückserlebnisse, durch unseren Lebenslauf, erfahren konnten. Durch unsere Erfahrungen können wir anderen raten und beistehen.

A: Gott, wir danken dir für das Vertrauen, das du in uns setzt!

Blumen

Blumen sind Zeichen für alles, was das Leben bereichert und verschönert, vor allem für die kleinen Aufmerksamkeiten, die auch nicht sein müssten. Wir danken Gott für die vielen großen und kleinen Dinge, die unser Leben wertvoll machen.

Segensbitten

1. Vorschlag

In deine Hände, Gott, legen wir unsere guten und unsere schwachen Seiten. Dein Segen, so bitten wir, bestärke uns im Guten und füge hinzu, was noch fehlt.

2. Vorschlag

Als man Kinder zu Jesus brachte, hat er ihnen die Hände aufgelegt und sie gesegnet. Er, der selbst ein Kind war, geht mit unseren Kindern und ist bei ihnen in ihrem Lachen und Weinen, in ihrem Fragen und Suchen.

Zu den Erwachsenen hat er gesagt: „Wer das Reich Gottes nicht annimmt

wie ein Kind, wird nicht hineinkommen.“ Erhalte in ihnen die Offenheit für dein Wort. Lass sie auf dich hören, so wie die Kinder auf sie hören.

So segne und begleite alle, die hier sind ...

Anregungen

Fragen wer Anna, Anne, Anja, Anita, Anette, Hanna, Joachim, Jochen, Achim, ... heißt und diesen zum Namenstag gratulieren.

Da dieser Welttag in den Sommer fällt, hat ein besonders gestalteter Gottesdienst für Großeltern und Enkel in Urlaubsorten, Feriensiedlungen, auf Campingplätzen, bei Großeltern-Enkel-Freizeiten, Wallfahrtskirchen oder Kirchen, die an diesem Tag Patrozinium feiern, einen guten Platz.

Hanns Sauter



IDEEN FÜR DIE PRAXIS

PFARRE

⊙ Quiz f. d. Pfarrgemeinde

Testen Sie das Wissen Ihrer Pfarre, des PGR, der Seniorenrunden, der Firmgruppe, ... zum Thema Alter. Wer weiß die meisten Antworten?
Wie hoch ist das Durchschnittsalter in unsere Gemeinde? In der Pfarre?
Wie hoch ist die durchschnittliche Lebenserwartung in Österreich?
Wie alt ist unser ältestes Pfarrmitglied?
In welchem Jahr wurde unser Pfarrer, PGR-Vorsitzende, BürgermeisterIn, geboren?
Ab welchem Alter zählt man laut WHO zu der Gruppe der „Langlebigen“?

⊙ Gestalten einer Fotowand/einer Fotocollage

Laden Sie die Seniorinnen und Senioren ein, mit Urlaubsfotos eine Collage zum Motto „ein Sommer wie damals“ zu gestalten. Diese Bilder auf einer Fotowand oder im Schaukasten laden zum Erzählen und gemeinsamen Erinnern ein.

⊙ Andacht mit anschl. Agape im Garten

Feiern Sie mit den SeniorInnen eine Andacht im Freien. Einen Gestaltungsvorschlag finden Sie am Beginn dieses Heftes. Vielleicht gibt es heuer für alle Bschoadpackerl!

⊙ Ehrung der langjährigen MitarbeiterInnen der Pfarre

Wer sind die MitarbeiterInnen in der Pfarre, die „eh“ immer da sind? Auf die „eh“ immer Verlass ist? Gerade diese können von den Pfarrgruppen entsprechend „geehrt“ und durch sichtbare Zeichen „ins Rampenlicht gerückt“ werden (zB. Kinder schreiben und gestalten Kärtchen, es werden Blumen übergeben, Essenseinladungen)

⊙ **Bibelstellen zum Pflücken“ (gemeinsam unterwegs im Pfarrgebiet/Pfarrgarten)**

Bibelstellen, Bibelsprüche, gute Ideen und Gedanken werden auf Karten geschrieben, die auf einem Weg in der Pfarre/im Pfarrgarten, bei einem Marterl im Pfarrgebiet,... gemeinsam „gepflückt“ und anschließend besprochen werden können

⊙ **Zeitreise durch den Seniorenclub, die Lima Gruppe**

Wahrscheinlich gibt es seit den Anfängen Ihrer Seniorenrunde, Ihrer Lima Gruppe Fotos oder Artikel aus dem Pfarrblatt. Gestalten Sie damit einen Artikel für das aktuelle Pfarrblatt, die Pfarrhomepage. Ein Fotoalbum mit einigen Erinnerungen lädt ein, sich an schöne gemeinsame Zeiten zu erinnern.

⊙ **Wir denken an euch**

Viele zurückgezogene und einsame SeniorInnen würden sich über ein Lebenszeichen, über ein „an sie denken“ freuen. Vielleicht ist es ein kleiner Hausbesuch, ein Namenstagskärtchen, das man schickt, eine Pfingstkarte, die man schreibt, ein geweihter Kräuterbuschen, den man vorbeibringt!

Sie können auch den Gebetstext und ein Symbol aus der Gottesdienstvorlage mit persönlichen Worte ergänzt in den Postkasten geben. Zentral ist das Gefühl „wir denken an dich“ zu vermitteln!



GROSSELTERN MIT KINDERN UND ENKELKINDERN

★ Schnitzeljagd (unterwegs im Pfarrgebiet/Pfarrgarten)

Oma und Opa legen mit Steinen, Pfeilen, Ästen einen Weg aus, der zu einem Schatz führt. Vielleicht geht der Weg ja an einigen besonderen Orten vorbei, die einen Bezug zur Familiengeschichte haben. Hier haben Oma und Opa geheiratet, da ist dein Papa in die Schule gegangen, ...

★ Blumentopf bemalen und gemeinsam etwas ansäen

Nehmen Sie Pinsel und Farbe zur Hand und bemalen Sie gemeinsam einen Blumentopf. Erde und Sonnenblumenkern hineigeben und gemeinsam gießen und beim Wachen zuschauen! Bei kleineren Kinder empfiehlt es sich Kresse anzubauen, die wächst schneller!

★ Gemeinsam kleine Geschenke basteln

und an SeniorInnen in einem Seniorenhaus oder an pflegebedürftige Menschen verteilen

Heute denken wir gemeinsam an Menschen, die nicht mehr zu Hause wohnen können. Vielleicht können wir bei einem Spaziergang kleine Geschenke in einem Seniorenwohnhaus vorbeibringen – selbstgemachte Kekse, bemalte Steine, ...

★ Andacht (Segensfeier) mit anschl. Agape im Garten

Gestaltungsvorschläge für einen Gottesdienst mit Großeltern und Enkeln finden Sie im Text am Beginn diese Heftes.

★ Spiele „von damals“

Heute gibt's einen Spielenachmittag mit Oma und Opa mit lauter Spielen, die die Großeltern als Kinder gespielt haben. Welche Spiele fallen Ihnen ein, die Sie gern gespielt haben und die vielleicht schon in Vergessenheit geraten sind?

Faden abnehmen
Gummi hüpfen
Tempel hüpfen
Lager bauen
Zimmer, Küche, Kabinett
Zehnerln
Ich seh, ich seh, was du nicht siehst

★ **Kräuter sammeln - Was wir von Oma/Opa lernen können**

Bei einem gemeinsamen Spaziergang entdecken wir Kräuter und Blüten, die man zu Sirup oder Aufstrichen verarbeiten kann. Manche Kräuter kann man auch trocknen lassen und einen Tee daraus bereiten.

★ **Gemeinsames Kochen, Backen**

Oma kann den besten Schokokuchen der Welt backen. Gemeinsam backen wir einen Kuchen und lassen ihn uns schmecken. Vielleicht kennen Oma und Opa Rezepte, die in keinem Kochbuch stehen. Nehmt diese Rezepte einfach mit eurem Handy auf!

★ **Geschichten vorlesen, erzählen**

Bei Regenwetter gemeinsam unter eine Decke kriechen und sich Märchen und Geschichte erzählen, schafft Geborgenheit. Vielleicht erzählt Oma auch eine Geschichte, als Mama noch klein war und Opa lässt uns an seinen Lausbubenstreichen teilhaben!



SENIORINNEN

✓ Gemeinsame Wanderung / Wallfahrt, Radwallfahrt

Machen Sie endlich wieder einmal gemeinsam eine Wanderung, einen Radausflug zu besonderen Orten/Sehenswürdigkeiten/Plätzen/Andachtsorten in Ihrem Pfarrgebiet

✓ Kräuter sammeln / Grillnachmittag im Pfarrgarten

Sammeln Sie gemeinsam Kräuter, die Sie dann bei einem gemeinsamen Grillnachmittag im Pfarrgarten verwenden können – ein frisches Kräuterpflanzbrot passt perfekt zu den Würsteln!

✓ Sehenswürdigkeiten im Pfarrgebiet besuchen /an einer Führung teilnehmen

Besuchen Sie gemeinsam die Sehenswürdigkeiten in ihrem Pfarrgebiet. Vielleicht können Sie ja auch gemeinsam an einer Führung teilnehmen?

✓ Eine Diskussionsrunde zu aktuellen Fragen des Alterns veranstalten

Welche Fragen des Älterwerdens beschäftigen Sie in Ihrer Seniorenrunde, in der Lima Gruppe? SeniorInnen und Corona, Altersdiskriminierung, assistierter Suizid – laden Sie dazu kompetente Menschen aus Ihrer Pfarre zu einer Diskussion ein – das geht auch über Zoom!



PFLEGEBEDÜRFTIGE MENSCHEN (IN SENIORENHÄUSERN UND ZU HAUSE)

× Andacht (Segensfeier) mit anschl. Agape im Garten

Feiern Sie eine Andacht in der Einrichtung oder im Freien. Einen Gestaltungsvorschlag finden Sie am Beginn dieses Heftes. Besonders eignet sich hier der Text „Was unser Leben kostbar und wertvoll macht“. Lassen Sie die Symbole sichtbar und greifbar werden.

× Mandala bemalen

Mandalas können auch aus Naturmaterialien (Steine, Blätter, Blüten) gelegt werden. Dadurch werden Sie viel intensiver erfahrbar.

× Riech - Tast - Schmeckspiele

Verkosten Sie mit geschlossenen Augen verschiedene Obstsorten und versuchen Sie herauszufinden, um welches Obst es sich handelt.

Riechen Sie an verschiedenen Gewürzen und überlegen Sie, welche Speisen man damit würzen könnte.

Geben Sie drei unterschiedliche Gegenstände in einen Polsterüberzug und ertasten Sie, was sich darin versteckt.

× Gemeinsam ein Fotoalbum anschauen

Blättern Sie gemeinsam in einem Familienalbum oder einem Bildband über Ihre Heimatgemeinde. Erinnern Sie sich noch, wer wo gewohnt hat, mit wem Sie in die Schule gegangen sind?

× Eine etwas andere Wanderung unternehmen

Vielleicht können sie keine große Wanderung mehr unternehmen, aber selbst im Rollstuhl kann man noch die Berge erobern. Erzählen Sie eine Geschichte von einer Bergwanderung und laden Sie zum Mitbewegen ein – große Schritte, Stockeinsatz, weil es bergauf geht, kleine Schritte auf einem engen Pfad, eine Leiter klettern – alles kann man auch im

Sitzen probieren. Vielleicht fallen Ihnen dazu ja auch einige Wanderlie der ein! Versuchen Sie zu jedem Buchstaben des Alphabets ein Wanderziel zu finden: Anninger – Bisamberg - ... - Zinken

- ✘ **Großeltern und Enkelkinder besuchen** ein Seniorenhaus und bringen selbst gebastelte Geschenke oder Kärtchen mit Bibelstellen, Gedanken oder Texten mit.



Impressum:

Herausgeber: Fachbereich Seniorenpastoral, Kategoriale Seelsorge der Erzdiözese Wien
Stephansplatz 6/III/DG, 1010 Wien

Für den Inhalt verantwortlich: Beatrix Auer, M.Ed.

Grafik/Satz: Mag. Hanspeter Lang

Watercolor Graphics: Eva Kali - stock.adobe.com

Druck: Netinsert Andreas Dornhackl, 1220 Wien

Wien, 2021

