

Miteinander auf dem Weg

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

Abenteuer

Nr. 48 - Juni 2025



Stellen Sie sich vor, Sie schlagen frühmorgens die Zeitung auf und lesen folgende Anzeige: „Männer gesucht für eine gefährliche Reise. Kleines Gehalt, bittere Kälte, lange Monate in kompletter Dunkelheit, dauernd in Gefahr, sichere Heimkehr zweifelhaft. Ehre und Anerkennung im Fall der Rückkehr.“

Der Polarforscher Ernest Shackelton hatte genau diese Anzeige im Jahr 1914 in London geschaltet, um eine Besatzung für seine geplante dritte Expedition in die Arktis zu finden. Die Resonanz war unglaublich: 5000 Männer meldeten sich als Freiwillige. Diese und andere Expeditionen von Shackelton waren zwar nicht immer erfolgreich, aber sie waren die großen Abenteuer um die Jahrhundertwende 1900. Mancher Teilnehmer bezahlte ein solches Abenteuer mit seinem Leben, anderen wie Shackelton gelang es, sogar aus der Antarktis durchs Südpolarmeer mit einem Rettungsboot wieder nach Hause zu kommen.

Es gab sie noch, die unentdeckten Flecken auf der Welt, das ganz große Abenteuer - und gerade die Polarregionen mit ihren extremen Bedingungen lockten viele ins Unbekannte. Es waren die Zeiten von Männern wie Roald Amundsen, Robert Scott und Umberto Nobile. Amundsen befuhr mit der Gjøa als erstes Schiff die Nordwestpassage, erreichte mit seinen Schlittenhunden einen Monat vor Scott den Südpol, der auf Schlitten-Ponys gesetzt hatte. Auch nach seiner gefeierten Rückkehr mit der Fram, blieb er nicht ruhig.

Über die Winter 1918 - 1920 ließ er sich mit der Fram im Nordpolarmeer einfrieren, um mit der Eisdrift zum Nordpol zu gelangen, den er nicht erreichte. Stattdessen durchfuhr er mit seiner Crew die Nordostpassage. 1928 brach er Richtung Nordpol auf, wo Nobile mit seinem Luftschiff Italia verschwunden war. Keiner von beiden kehrte zurück, weder Zeppelin noch Flugzeug wurden jemals gefunden.

Würde ich heute so etwas wagen? Den Komfort und die gewohnten Sicherheiten zurücklassen? Den ersten Schritt ins wirklich Unbekannte riskieren? Heute in Zeiten von Satelliten, GPS und Google-Maps können wir Kreuzfahrten bis an das Eis der Antarktis buchen, sogar die Nordwest-Passage in der einst John Franklin mit seinen Schiffen Erebus und Terror verschwunden ist. Und natürlich alles „ganz sicher“, mit Käptn's-Suite, Aperitif und Abendbuffet. Alles vorhersehbar und gewiss. Die meisten Abenteuer vom Tandemsprung bis zur Urwaldsafaris sind bestens abgesichert und sorgenfrei zu buchen. So sind wir heute meist als „Second-Hand-Abenteurer“ unterwegs.



Doch *das* machte damals und macht auch heute gerade das echte Abenteuer aus: sich auf ganz Neues, auf das Ungewisse einlassen, den ersten Schritt wagen. Und tun, was Erfahrene sagen: Du musst gar nicht alles planen, Du musst Dich nur trauen, den ersten Schritt zu gehen. Weg von Deinen täglichen Abläufen und Sicherheiten, mit all Deinen Möglichkeiten und Deinen Einschränkungen, trotz Deiner Wehwehchen. Losgehen und einfach schauen, was dabei herauskommt!

Und dazu braucht es gar keinen großen Aufwand, im Gegenteil. Man muss nicht wie damals Reinhold Messner und Toni Hiebeler ohne Sauerstoff in die Todeszone des Mount-Everest steigen. Es genügt meist schon, die eigene Komfortzone zu verlassen. Auszuprobieren, was ich alles nicht brauche, sich auf das Notwendigste zu reduzieren, nur leichtes Gepäck! Ich möchte das heuer einmal ausprobieren: nur mit dem Fahrrad losfahren, von zuhause Richtung Norden, mit leicht angeschlagenem Knie. Mal sehen, wie weit ich überhaupt komme ..., bis Nürnberg oder an die Nordsee? Wie werde ich mein weiches Bett im Wohnmobil vermissen, die gemütlichen Sitze und die Küche ..., aber es hilft nichts: Nur so werde ich wohl Neues entdecken. Wenn Sie diese Zeilen lesen, dann ist zumindest das Wichtigste schon entschieden, ob ich überhaupt losgefahren bin.

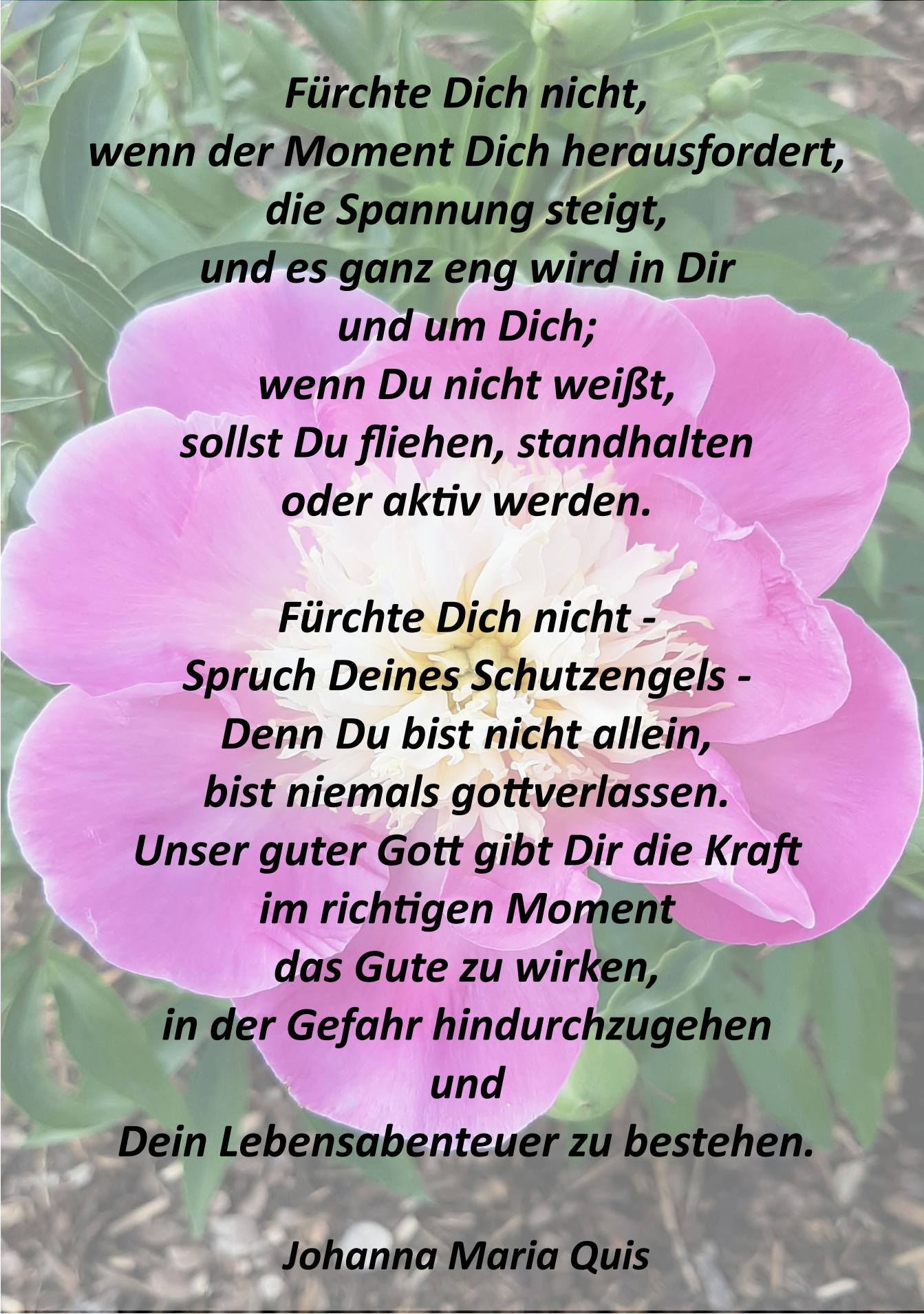
Dabei bilde ich mir ein, dass ein kleines Abenteuer ab und zu eine ganz wichtige Übung beim Älterwerden ist, denn die Herausforderungen für die Lebensreise werden mit jedem Jahr größer und nicht kleiner. Aber wem sage ich das ... Joachim Fuchsberger hat das mal in einem Buchtitel treffend ins Wort gebracht: „Altwerden ist nichts für Feiglinge.“ Und dabei steht jedem von uns die größte Reise ins wirklich Unbekannte ja noch bevor. Der letzte Abschied, alles zurücklassen, sich aufmachen ins gänzlich Ungewisse.

Vielleicht lehrt mich mein kleines Abenteuer etwas, das ich noch brauchen werde: Das Loslassen und das Zurücklassen, aber auch die Sehnsucht nach dem Unbekannten und das Vertrauen darauf, dass da einer ist, der sich erweisen wird, wo es nötig ist, und der tragen wird, wo nichts mehr trägt.

Ich bin mir sicher, auch heute warten noch viele Abenteuer auf uns, für manches muss ich nicht mal weit reisen. Manche Abenteuer beginnen auch einfach nur zuhause - mit dem Verschenken, dem Aussöhnen und dem Verzeihen ... Aber immer heißt es: Nicht wissen, was dabei herauskommt - und trotzdem den ersten Schritt wagen. Nur Mut! Das nächste Abenteuer wartet schon!

Robert Jschwang

Diözesan-Altenseelsorger



***Fürchte Dich nicht,
wenn der Moment Dich herausfordert,
die Spannung steigt,
und es ganz eng wird in Dir
und um Dich;
wenn Du nicht weißt,
sollst Du fliehen, standhalten
oder aktiv werden.***

***Fürchte Dich nicht -
Spruch Deines Schutzengels -
Denn Du bist nicht allein,
bist niemals gottverlassen.
Unser guter Gott gibt Dir die Kraft
im richtigen Moment
das Gute zu wirken,
in der Gefahr hindurchzugehen
und
Dein Lebensabenteuer zu bestehen.***

Johanna Maria Quis

Aufbrechen - ein Abenteuer

Auf ins Abenteuer! Wo es mich wohl hinführt mein Abenteuer, die kleinen und großen Reisen ins Unbekannte? Aber bevor ich ans Ziel, ans Ankommen und den Weg dorthin denke, steht erst einmal das Aufbrechen.

Aufzubrechen, das heißt aus der gewohnten Umgebung, von vertrauten Personen fortzugehen, mich aufzumachen. Wann habe ich mich zuletzt aufgemacht? Mir kommen da sofort meine zahllosen Umzüge in den Sinn, aber auch noch vieles mehr ...

Was bewegt sich da in mir, wenn ich weiß, ich lasse Liebgewonnenes und Vertrautes zurück, Menschen, die ich kenne und mag? Vielleicht heißt aufbrechen so auch, etwas abubrechen, Orte und Menschen für immer hinter mir zu lassen, zu wissen, dahin gibt es kein zurück. Was braucht so ein Aufbruch? Habe ich da Rituale, die mir ein gutes und bewusstes Abschiednehmen und Neubeginnen ermöglichen? Wenn ich zurückschaue, was will und kann ich mitnehmen in den Neuaufbruch, was muss oder soll lieber da bleiben? Und was bin ich eigentlich für eine Abenteuerin oder Abenteurer, reise ich mit leichtem Gepäck, breche ich nur mit dem Nötigsten auf oder braucht meine Expedition ein Begleitfahrzeug, da ich nichts Liebgewonnenes los- und zurücklassen möchte?

Aufbrechen, das geschieht nicht einfach so, das kann ich bewusst gestalten: hastig, schnell, plötzlich, unvermittelt, gemächlich, langsam, spät, mit langer Vorbereitung, alleine, in Begleitung, mit großem Bahnhof, der winkt und hinterherweint, mit einer Begleitung für die erste Wegstrecke, die mir das Aufbrechen erleichtert. Was für ein Typ bin ich da? Wie fällt bei mir der Aufbruch meistens aus?

Aufbrechen, das kann ich, um ein gewähltes Ziel zu erreichen, mich *bewusst* auf den Weg zu machen, egal ob bei einer Bergtour, auf einem Pilgerweg, im Arbeits- oder Privatleben, egal ob in jungen Jahren oder im Alter. Und dann kann da *unbewusst* so vieles passieren: Dinge oder Themen, Ideen oder Erinnerungen brechen auf, die ich längst vergessen, verdrängt oder gar nie präsent gehabt hatte, vielleicht auch alte Wunden. Sie wollen dann bearbeitet und verarbeitet werden!

Plötzlich öffnen sich ganz neue Gedanken, mir gehen ganz neue Zusammenhänge auf. Das Unbekann-



te, die neue Umgebung, der Prozess des Unterwegsseins, all das kann hilfreich sein, um eine neue Perspektive zu gewinnen, manches zu bearbeiten und Neues wachsen und aufblühen zu lassen. Knospen, die vielleicht schon lange angesetzt hatten, brechen zu einer wunderschönen Blüte auf. Altes, eingespieltes oder verkrustetes, kann aufbrechen, weil auf einmal Zeit und Platz ist für Neues, weil das Eingespielte, das Alt-bekannte plötzlich nicht mehr trägt.

Welche Gedanken kommen Ihnen jetzt, wenn Sie das lesen? An welche Aufbrüche denken Sie gerade, wann ist/war es bei Ihnen Zeit, Neues anzugehen?

Was ist in Ihrem Leben schon alles so aufgebrochen? Kam vielleicht ganz unverhofft zum Vorschein, war schmerzhaft oder unangenehm oder aber trug schöne Blüten und brachte reiche Frucht?

Mein Kopf ist gerade ganz voller Aufbruchsgedanken. Welche Abenteuer und Aufbrüche ich doch schon erleben durfte!

Und mir macht das Lust auf noch weiteren Neubeginn:

Immer wieder aufzubrechen, weil sich da auf so vielen Ebenen etwas bewegen, etwas öffnen, etwas hervortreten kann, das fühlt sich lebendig an! Wagen wir das Abenteuer, richten wir uns nicht ein, brechen wir auf im Kleinen wie im Großen!

Anna Lottes, Pastoralreferentin



Abenteuer Indien - Schönheit und Schock



Im Februar und März 2006 durfte ich im Bekanntenkreis eine Indienreise unternehmen. Unser Freund Tarsem - indischer Herkunft und viele Jahre schon in Deutschland lebend - wollte uns seine Heimat, Nordindien, zeigen.

Mein Schock war groß, als wir nach unserer Ankunft kilometerlang durch Slums und irrsinnig hohe Müllberge vom Flughafen zu unserem Hotel in der Innenstadt von Delhi fuhren. Ich hatte so viel Elend und so viel Müll noch nie in meinem Leben gesehen. Am liebsten wäre ich wieder nach Hause umgekehrt.

Mit den Tagen tauchten wir ein in die so ganz andere Kultur. Wir gewöhnten uns an die vielen bunten Menschen, an das Gewusel auf den Straßen, an das tägliche Verkehrschaos, an Müll, Gestank und Lärm.

Von Anfang an freuten wir uns über die Herzlichkeit und Zugewandtheit der Inder. Besonders die Kinder beäugten uns immer ganz genau und suchten den Kontakt. Die Menschen in Tarsems Heimatort hatten sogar ein Kennenlernfest organisiert, sogar der Bürgermeister hatte uns begrüßt. Am nächsten Tag stand ein großer Artikel über das Fest in der Zeitung. Anscheinend war es etwas Besonderes, im Ort Fremde aus Europa zu beherbergen.

In Tarsems Heimatort Jalandhar nächtigten wir in seinem Elternhaus, das extra für uns mit Schlafplätzen ausgestattet worden war. Täglich besuchte uns am frühen Morgen eine große Gruppe an Schulkindern, die alle vor dem einzigen Badezimmer Aufstellung bezogen und uns genau beobachteten.

Der Schule statteten wir ein paar Tage später einen Besuch ab. Der Unterricht wurde sofort beendet, denn alle wollten mit uns Kontakt aufnehmen und mit uns ins Gespräch kommen. Die Verständigung klappte sehr gut, weil in Indien schon sehr früh Englisch gelehrt wird und viele Inder sehr gut Englisch sprechen.

Neben den Sehenswürdigkeiten, die wohl alle Indienreisende besuchen, hatte unser Freund Tarsem Ziele ausgewählt, die uns das wahre Indien nahebrachte: die ländlichen Gebiete mit großer Armut, vergleichbar mit den Lebensbedingungen in den ärmsten Ländern der Welt. Manche Dörfer waren im Grunde ein einziger Slum. Bis heute wirken diese Bilder in mir nach, beschämen mich und machen mich sprachlos.



Und so frage ich mich: Wie reagiere ich - wie reagieren wir - wenn sich Armut (besonders auch von Kindern und Jugendlichen), Obdachlosigkeit, Krankheit und Tod zeigt.



Papst Franziskus spricht auf der Flüchtlingsinsel Lampedusa am 8. Juli 2013 von einer „Globalisierung der Gleichgültigkeit“.

„Empört Euch!“ So forderte Stéphane Hessel, Diplomat, Lyriker und Essayist, Europa auf. Besonders für die Themen Entwicklungshilfe, Demokratie und Menschenrechte machte er sich stark. Scharfe Kritik übte er an aktuellen politischen Entwicklungen weltweit.

Er prangerte die weit geöffnete und die sich immer noch weiter öffnende Schere zwischen ganz arm und ganz reich an.

Und so frage ich mich, ob wir alle zu Zuschauern der Not geworden sind, die Menschen übersehen und ungerührt bleiben. Hoffentlich nicht!

Ansonsten übersehen wir die Alten und Kranken, die Notleidenden und Menschen mit Behinderung gnadenlos. Dann dürften wir uns nicht „Christen“ nennen, denn Christen fühlen mit und öffnen ihr Herz für die Not.

Christen sollen Freunde des Lebens und Zeugen der christlichen Botschaft sein.

Wir alle sind aufgerufen, in unserem kleinen Umfeld, mit unseren begrenzten Mitteln tätig zu werden. Denn sind wir viele, können wir etwas bewirken.

Rita Sieber, Gemeindereferentin

*Es sind immer die Abenteurer,
die große Dinge vollbringen.*

Charles de Secondat (1689 - 1755)

Von Anbeginn ein Abenteuer!

Wie findet die Samenzelle zur Eizelle? Was geht voraus, was kommt danach?

Welcher Feinabstimmung bedarf es, dass sich die Eizelle der Mutter mit der Samenzelle des Vaters vereint. Welch ein Wunder, wenn ein Leben entstehen darf und welch ein Glück, wenn es gelingt.

Das größte Abenteuer schon zu Beginn des Lebens.

Dunkel im Mutterleib, ohne Luft und ohne Licht, Nahrung von und aus der Mutter.

Was wird sich wie entwickeln?

Ein fertiges Menschlein mit Körper, Geist und Seele bahnt sich unter normalen Umständen den Weg an's Licht.

Wo hinein wird es geboren? Wer sind Vater und Mutter? Gibt es Geschwister?

Ist es erwartet, ersehnt oder eventuell nur geduldet oder gar abgelehnt.

Wird es geliebt? Was passiert, wenn nicht?

Ob Baby, Kindheit, Jugend, als Erwachsener oder im Alter, jeder Tag ist eine neue Herausforderung und kann auch ein Abenteuer sein.



Im Rückblick:

- Mit wem habe ich mein Leben geteilt?
- Wo war es gefährlich und wo habe ich gerade noch die Kurve bekommen?
- Was hat mir Freude bereitet und wann konnte ich Luftsprünge machen?

Im Augenblick:

- Wem begegne ich heute, morgen, überhaupt in meinem Leben?
- Darf ich mein Leben gestalten, ausprobieren, meine Fähigkeiten entdecken und auf Entdeckungstour gehen oder fühle ich mich eingegrenzt, gar unterdrückt?
- Kann ich mich befreien von allen Erwartungen, allem Druck von außen, aber auch von mir selbst?
- Welch ein Abenteuer, sich zu einem freien Menschen zu entwickeln - frei im Denken und im Handeln.

Ausblick:

Eines Tages kommt vielleicht der Gedanke:

- Welches Abenteuer erwartet mich am Ende meines Lebens?
- Wer wird mich auf meinem letzten Weg begleiten und wer wird mich im neuen Leben empfangen?

Resümée:

Das Leben ist spannend, manchmal anstrengend und schwer, aber doch lebenswert und bis zuletzt ein Abenteuer.

Barbara Kugelman

Gedächtnistraining zum Thema „Abenteuer“

Abenteuer gesucht!

Schreiben Sie das Wort „Abenteuer“ von oben nach unten und finden Sie dann zu jedem Buchstaben einen Begriff, den Sie mit Abenteuer verbinden können.

Konzentrationsübung „Abenteuerlust“

Jedem Buchstaben des Wortes „Abenteuerlust“ wird eine Zahl zugeordnet:

A	B	E	N	T	E	U	E	R	L	U	S	T
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Nehmen Sie sich jetzt ein bisschen Zeit und versuchen Sie sich einzuprägen, welcher Buchstabe für welche Zahl steht!

Tipp: Versuchen Sie Eselsbrücken herzustellen!

Zum Beispiel:

Den Buchstaben A für die Zahl 1 könnte man sich so merken: A ist der erste Buchstabe des Alphabets. Suchen Sie sich am besten Ihre eigenen Eselsbrücken, dann klappt das Merken am besten!

Nun versuchen Sie die unten angegebenen Zahlenkombinationen in Wörter umzuformen! Die Umlaute „ä, ö und ü“ werden „ae, oe und ue“ geschrieben.

Beispiel: 11 4 12 ergibt das Wort: uns

I.	10	6	7	5	8		
II.	12	5	3	9	4	8	
III.	4	3	11	6	12		
IV.	9	1	3	7	2	6	9
V.	10	1	7	2	8		
VI.	11	9	10	1	7	2	
VII.	13	1	10	6	9		
VIII.	3	9	4	12	5		
IX.	12	1	10	2	8	4	
X.	4	8	12	5	6	9	

Die Symbolik der Blumen

Jede Blume wird mit verschiedenen Charakteren, Kompetenzen und Eigenschaften in Verbindung gebracht. Wissen Sie, für was folgende Blumen stehen?

1. Welche Blume steht für Abenteuer und Freiheit?

- A Iris
- B Löwenmäulchen
- C Salonefeu

2. Welche Blume steht für Stärke, Integrität und Ausdauer?

- A Lilie
- B Gladiole
- C Margerite

3. Welche Blume steht für Wagemut?

- A Pfingstrose
- B Vergissmeinnicht
- C Ringelblume

Margit lernt Spanisch

Können Sie folgenden Text lesen? Versuchen Sie es, er zeigt Ihnen, wie man durch das Erlernen einer Sprache auch ein kleines Abenteuer erleben kann.

tigraM tnrel hcsinapS

emuärT mov nedüS dnu nov nenref nrednä!
znaG seleiv etllow tigraM sla nirentneR nrednä,
enöhcS nesieR nehcam dnu seueN nebelre
dnU merhi dnatsehuR etlahnl nebeg.
ehcsinapS ethcäN dnu rehcsinaps nieW
etnnöK sad hcua sawte rüf tigraM nies?
hcoD enho sintnneK red ehcarpsednaL,
aD eräw red bualrU enie eblah ehcaS.

nl adanarG tah eis nenie srukcarpS thcubeg,
uzaD hcon hcielg eid arbmahIA thcuseb,
ethcaM nenie pirT hcan anolecraB,
etgaW hcis muz fualreits hcan anolpmaP,
taH mi reeM tedabeg, alleaP nessegeg,
nl dirdaM ma azalP royaM nesseseg,
ocnemalF tznateg sib thcanrettiM.
reW ettäh sad nov tigraM thcadeg?

eiS tah yrrehS tetsokrev, leiv ajoir tppineg.
nnaD eräw eis tsaf mov lhutS tppikey.
reD reibraB nov alliveS tah eis nehesezna.
aD raw se llenhcs mu eid tigraM nehehcsseg.
hcaN esuaH beirhcs eis iewz netraksthcisaA:
naM egöm thcin regnäl fua eis netraw.
reD reibraB, red 'tät rhi leiv senöhcS neteib.
rhl suaH, sad ennök nam enreg neteimrev.

ennairaM ehcsroP-rerhoR

Marianne Porsche-Rohrer

Träume vom Süden und von fernen Ländern!
Ganz vieles wollte Margit als Rentnerin ändern,
Schöne Reisen machen und Neues erleben
Und ihrem Ruhestand Inhalte geben.
Spanische Nächte und spanischer Wein
Könnte das auch etwas für Margit sein?
Doch ohne Kenntnis der Landessprache,
Da wäre der Urlaub eine halbe Sache.
In Granada hat sie einen Sprachkurs gebucht,
Dazu noch gleich die Alhambra besucht,
Machte einen Trip nach Barcelona,
Wagte sich zum Stierlauf nach Pamplona,
Hat im Meer gebadet, Paella gegessen,
In Madrid am Plaza Mayor gegessen,
Flamenco getanzt bis Mitternacht.
Wer hätte das von Margit gedacht?
Sie hat Sherry verkostet, viel Rioja genippt.
Dann wäre sie fast vom Stuhl gekippt.
Der Barbier von Sevilla hat sie angesehen.
Da war es schnell um die Margit geschehen.
Nach Hause schrieb sie zwei Ansichtskarten:
Man möge nicht länger auf sie warten.
Der Barbier, der tät' ihr viel Schönes bieten.
Ihr Haus, das könne man gerne vermieten.

Margit lernt Spanisch

Der Text wurde uns zusammen mit dem Gedicht auf Seite 12 von Marianne Porsche-Rohrer zur Verfügung gestellt.
aus: Der Kopf wird fit, und ich mach mit - ein lyrisches Handbuch für geistige Vitalität und Leistungsfähigkeit

Anagrammübung „Abenteuerroman“

Folgende Begriffe können alle aus dem Wort „Abenteuerroman“ gebildet werden. Aber bei ein paar Wörtern hat sich der Fehlerteufel eingeschlichen, d.h. entweder sind Buchstaben vorhanden, die in „Abenteuerroman“ nicht vorkommen oder es sind mehr Buchstaben von einem Buchstaben, der vorkommt.

Zum Beispiel: Rabe richtig
Rose falsch, da kein „S“ in „Abenteuerroman“ vorkommt
Robbe falsch, da nur ein „B“ in „Abenteuerroman“ vorkommt

Unterstreichen Sie die falschen Begriffe!

Abenteuerroman

raten	Regen	Arten
Marter	Namen	Treue
Teer	Rest	Oma
Tomate	Barren	Mauer
Euter	Neues	Europa
Beute	Reue	erbeuten
Leute	Mann	Renner
Tueren	Marmor	Bauer
Amor	Lauer	Narben

Bestimmt finden Sie noch weitere Wörter, die Sie aus Abenteuerroman bilden können.

Das Geheimnis des Abenteuers

Können Sie den Spruch des österreichischen Schriftstellers Alexander Engel (1868 - 1940) entziffern?

Jedes Symbol steht für einen Buchstaben, gleiche Buchstaben haben also das gleiche Symbol.

Folgende Buchstaben kommen vor: A, B, C, D, E, F, H, I, M, N, R, S, T, U und W.

Kleiner Tipp: E kommt in der deutschen Sprache ganz oft vor!

Viel Spaß beim Knobeln!

ΔΨ♦ΩΘ♦δ♦♠ - ø♦ΩΩ ø♣♠ ♥♣♦ ♥δ▽Θ♦Ω,
 ∞♣Ω✕♦Ω ø♣♠ ♥♣♦ Ω♣▽ΘΘ, ΔΨ♦♠ ø♣♠
 ∞♣Ω✕♦Ω ♥♣♦ ♣♣♣♦♠, ø♦ΩΩ ø♣♠ ♥♣♦
 Ω♣▽ΘΘ ♥δ▽Θ♦Ω.

Lösungen:

Abenteuer gesucht!: Zum Beispiel: Aufbruch, Bedenken, Erlebnisse, Neues, Träume, Eingefahrenes loslassen, Unglaubliches, Entdeckung, Reisen

Konzentrationsübung „Abenteuerlust“: I. Leute; II. Sterne; III. Neues; IV. Räuber; V. Laube; VI. Urlaub; VII. Taler; VIII. Ernst; IX. Salben; X. Nester

Anagrammübung „Abenteuerroman“: Regen, Rest, Tomate, Neues, Europa, Leute, Marmor, Lauer

Das Geheimnis des Abenteuers: Abenteuer - Wenn wir sie suchen, finden wir sie nicht, aber wir finden sie immer, wenn wir sie nicht suchen.

Die Symbolik der Blumen: 1. C, 2. B, 3. A

Erstellt von Maria Hierl, Bildungsreferentin

ø = M ; g = N ; Θ = T ; ♠ = S ; ♥ = R ; ∇ = N
 'm = W ; ♣ = I ; Θ = H ; ∞ = F ; ♦ = E ; ✕ = D ; Δ = C ; ♣ = B ; Δ = A

Das musikalische Abenteuererzählspiel

Es ist ein warmer Frühsommerabend. Auf der „Miteinander“-Bank im Dorf haben sich, wie schon seit längerer Zeit drei Männer und zwei Frauen spontan getroffen. Diese Bank hat sich im Laufe der Zeit als sehr praktisch erwiesen. Immer wieder trifft man sich dort zu einem kurzen „Ratsch“. Beim Bürgermeister ist schon ein Antrag eingegangen, dass eine zweite Bank aufgestellt werden soll.

„Schaut mal. Habt ihr auch von unserer Grundschule einen Brief bekommen?“, fragt Karl in die Runde. „Was für einen Brief?“, möchte Erwin wissen. „Die Schüler machen eine Umfrage, welche Abenteuer es im Leben von Menschen gibt. Sie möchten dann, von Liedern begleitet, diese Geschichten am Sommerfest vortragen“, antwortet Karl. Er zeigt einige Karten, auf denen jeweils ein Liedtitel steht. Darunter ist Platz seine Erzählung aufzuschreiben. „Nein, habe ich nicht bekommen. Wahrscheinlich bin ich dazu noch zu jung“, lacht Michael. „Zeig mal! Welche Lieder haben sie denn geschickt?“, will Irene wissen.

Karl zieht eine Karte. „Ich war noch niemals in New York von Udo Jürgens“ steht darauf. „Das stimmt. Aber ich könnte die Geschichte von meinem Bekannten Franz erzählen.“ „Wieso, was hat dieser mit dem Lied zu tun?“, will die Runde wissen. Karl fängt an zu erzählen.

„Franz, damals schon vierundsiebzig und seine Frau Gretl kauften eine Matratze. Nach kurzer Zeit erhielten sie einen Brief von der Matratzenfirma. „Sie haben eine Reise nach New York gewonnen.“ Die Beiden konnten es kaum glauben. Ihr ganzes Leben war nach der Vertreibung im Krieg von Arbeit geprägt. Einfach mal einen Urlaub machen, das kam für Selbständige nicht in Frage. Gretl hatte schon aufgegeben zu träumen, dass sie einmal ein paar Tage wegfahren könnten, außer zur Verwandtschaft. Geflogen waren sie auch noch nie. Und dann New York. „Und, machten sie es?“ „Die Kinder redeten ihnen gut zu. Ja, sie machten es. Aber es war schon eine große Aufregung. Auch die Matratzenfirma war zuerst etwas ratlos. Sie konnten doch nicht einfach zwei ältere Leute ohne Englischkenntnisse nach New York fliegen lassen. „Wie lösten sie es?“ „Damals ist noch die Concorde geflogen. Ihr wisst doch noch, dieses Überschallflugzeug. Es brauchte von Paris nach New York nur drei Stunden. Eigentlich war geplant, dass sie den Hin- und Rückflug mit diesem Flugzeug fliegen. Die Firma tauschte einen Flug in eine einwöchige deutschsprachige Begleitung vor Ort um. Was Franz und Gretl alles gesehen haben: Das World Trade Center, ein Musical im Broadway, selbst zu den Niagara-Fällen wurden sie geflogen. Untergebracht waren sie im Waldorf-Astoria und mit einer Limousine wurden sie durch New York chauffiert. Gretls Augen leuchteten noch lange nach diesem Abenteuer.“ Die Zuhörenden staunten nicht schlecht.

„Welche Lieder gibt es denn noch?“, will Liesl wissen. Sie zieht eine. „Weiße Rosen aus Athen.“ „Ach, die Nana Mouskouri“, schwärmt Michael. „Also dazu fällt mir etwas ein“, sagt Erwin. „Erzähl!“, fordern die anderen ihn auf.

„Ich war gerade achtzehn geworden. Meine Lehre als Automechaniker hatte ich gerade beendet. Da wird in unsere Werkstatt ein altes Mofa - eine Honda aus den 50er Jahren - gebracht. Der Besitzer hatte es meinem Chef geschenkt. Ich fragte sofort, ob ich es wieder



instand setzen dürfte. Mein Chef schenkte es mir sogar. Nach kurzer Zeit war es wieder funktionsfähig. Ich habe es himmelblau lackiert. Zwei von meinen Kumpels hatten auch eines. Ihr könnt darüber lachen, aber mit unseren Mofas im Sommerwind auf der Landstraße, fühlten wir uns wie die größten Rocker. Für ein Auto fehlten uns allen das Geld. Aber mit dem Mofa konnten wir, ohne auf den Bus zu warten, in die nächste Stadt fahren.“ „Und was hat das jetzt mit Athen zu tun?“, fragen die anderen dazwischen.

„Es war der große Traum von uns, mit den Mofas nach Griechenland fahren. Wir machten Überstunden, um das Geld für die Reise zusammen zu bekommen. Dann ging es eines Tages los. Es war herrlich. Wind und Regen, das machte uns alles nichts aus. Im damaligen Jugoslawien aber gaben zwei unserer Mofas den Geist auf. Es war nichts mehr zu machen. Mit dem Zug ging es dann nach Hause. Das war dann auch noch mal abenteuerlich. Trotzdem war es für mich der schönste Urlaub und mein größtes Abenteuer in meinem Leben außer der Gründung meiner Familie kurz darauf.“

„Jetzt ziehe ich eine Karte. Mir fällt zwar gerade kein Abenteuer ein. Aber mit der Karte fällt mir vielleicht eines ein: „Die Caprifischer“, liest Iris vor.

Was sie wohl zu erzählen hat? Fällt Ihnen dazu eine Geschichte ein, verehrte Leserinnen und Leser?

Margaretha Wachter, Gemeindereferentin

Ein Reiseabenteuer in Deutschland

Es flog in X mein Hut mir ab,
 Natürlich über die Grenze,
 Und als ich, ihn wieder zu holen, lief,
 Da gab's vertrackte Tänze.

Ich durfte den deutschen Nachbarstaat
 Nicht ohne Paß betreten,
 Und da ich bloß spazieren ging,
 So hatt' ich mir keinen erbeten.
 Das tat ich nun, auch wurde ich
 In Gnaden damit versehen,

Doch war's um meinen armen Hut
 Trotz alledem geschehen.
 Der war schon längst im dritten Staat
 Und blieb auch dort nicht liegen,
 Ihn ließ der schadenfrohe Wind
 Ein Dutzend noch durchfliegen.

Was half mir nun der gute Paß,
 Den ich in X genommen?
 Zehn neue brauch ich in einem Tag,
 Da war nicht nachzukommen.
 Ich kaufte mir einen andern Hut,

Der Meister aber erwählte
 Den Wiener Kongreß zum Schutzpatron,
 Als ich mein Schicksal erzählte.

Friedrich Hebbel (1813 - 1863)



Die Reise nach China

„Chinesisch wär' doch auch mal was,
 Denn Lernen macht uns immer Spaß,“
 Sprach Hans zu Ute, denn sie waren
 Viel in der Welt herumgefahren.
 Sie liebten ihren Rentnerstress
 Und noch viel mehr die VHS.

Dort gab 's fürs Hirn Animation.
 Das schätzten sie seit Jahren schon.
 Chinesisch war erst furchtbar schwer.
 Dann ward es besser, mehr und mehr,
 Und schließlich fühlt' es sich so an,
 Dass man damit verreisen kann.

„Ni hao!“ - „Guten Tag, hallo!“
 Und „wie shen jian“, das ist ein Klo.
 „Zai jian“, das heißt: „Auf Wiedersehen“,
 „Bu yong xie.“ - „Bitte, gern geschehen.“
 „Shi“, das heißt „ja“, „bu shi“ heißt
 „nein“.

So schwierig kann das doch nicht sein!

Im Urlaub lief 's dann nicht perfekt,
 Denn dort sprach man nur Dialekt.
 Ein Klo war nirgends aufzufinden.
 Sie mussten im Gebüsch verschwinden,
 Was Ute auch nicht tragisch fand.
 Das nächste Ziel heißt Feuerland.

Marianne Porsche-Rohrer

Eine musikalische Seereise mit Bewegung

Die nachfolgenden Liedertexte finden Sie u.a. unter <https://www.lieder-archiv.de>. (Ausnahme: Nimm mich mit Kapitän auf die Reise. Dies findet sich einfach mit dem Suchbegriff bei Google.de)

Heute ist das Wetter schön. Wir möchten eine kleine Schifffahrt machen. So fahren wir ans Meer.

Eine Seefahrt, die ist lustig ...

Hollahi ...

Wir sehen ein Schiff, das auf die nächste Insel fährt. Wir steigen auf das Schiff. Der Kapitän begrüßt uns.

Nimm uns mit Kapitän auf die Reise (Freddy Quinn)

Wir genießen die Fahrt auf dem ruhigen Meer im Sonnenschein auf dem Deck.

Plötzlich wird der Wind frischer und stärker. Wir gehen in das Schiff hinein und schauen zu, wie die Wellen stärker werden.

Wir lieben die Stürme ...

Doch das schlechte Wetter ist bald vorbei. Wir gehen an Deck und können lustig singen.

Freut euch des Lebens ...

Margaretha Wachter, Gemeindereferentin

Strophen:

Abwechselnd mit den Armen Ruderbewegungen nach vorne und nach hinten ausüben

Refrain:

In die Hände klatschen und mit den Füßen Gehbewegungen ausführen

Strophen: langsam hin- und herwiegen

Refrain:

Herwinken: Rechts und links abwechselnd die Hände zur Körpermitte führen (8 x)

Schultern auf- und abbewegen (4 x)

Arme weit ausbreiten (1 x)

Wiederholung Schulter- und Armbewegungen

Ruhig ein- und ausatmen. „Aaah - wie schön!“

Arme fröstelnd um den Körper schlingen. „Brrr“

Strophen:

Arme gegengleich hin- und herbewegen, dazu die Beine auf- und abbewegen. (16 x)

Refrain:

Beide Arme leicht anwinkeln, hin- und herschunkeln und dabei, wenn möglich, das Gewicht abwechselnd auf die rechte und linke Gesäßhälfte legen und leicht das jeweilige Bein dazu anheben.

Refrain:

Arme gegengleich 8 x seitlich hin- und herschwingen

Mit beiden Daumen und Zeigefinger beider Pflückbewegungen ausführen.

Strophen:

Finger tippen sich nacheinander zum Takt gegenseitig an. (Daumen - Daumen etc.)

Abenteuer Flaschenpost - eine Fantasiereise

Haben Sie schon einmal Post in einer Flasche erhalten? Welche Botschaft, welcher Gruß war darin zu lesen? Welchen Weg hatte der Brief wohl schon zurückgelegt? Wann war er an Land gespült worden? Wie lange war die Flaschenpost gereist?

Im Januar 2018 wurde im Westen Australiens ein Dokument in einer Flasche gefunden, das bereits 132 Jahre zuvor von einem Hamburger Schiff aus ins Meer geworfen worden war - die längst gereiste Flaschenpost, die bisher entdeckt worden ist! (Quelle: https://www.bsh.de/DE/Das_BSH/Maritime_Fachbibliothek/Flaschenpost/flaschenpost_node.html)

Beim Bundesamt für Seeschifffahrt und Hydrographie finden Sie noch viele weitere spannende Fakten und Informationen rund ums Thema „Flaschenpost“.

Aber nun möchte ich Sie gerne selbst mit auf die Reise, auf Fantasiereise, nehmen! Ich erlaube mir, Sie dabei mit „Du“ anzusprechen.

Suche Dir einen bequemen Platz, an dem Du eine Weile gut sitzen kannst. Dann setze Dich dort aufrecht hin. Deine Füße ruhen fest auf dem Boden. Deine Beine sind rechtwinklig angestellt, die Arme und Hände liegen ruhig darauf. Schultern und Nacken sind entspannt. Auch der Kopf darf zur Ruhe kommen: Bilder und Gedanken, die Dir in den Sinn kommen, kannst Du kurz betrachten, dann lass sie weiterziehen. Konzentriere Dich auf Deinen Atem, das wird Dir helfen, ruhig und fokussiert zu sein. Atme tief und gleichmäßig ein und aus. Ein und aus. Ein und aus.

In Deinen Gedanken darfst Du Dich nun auf eine Zeitreise begeben. Stell Dir vor, du bist wieder ein Kind - vielleicht so zwischen zehn und zwölf Jahren.

Es ist Sommer. Sommerferien. Die Sonne scheint und es ist warm. Du bist bei Freunden zum Spielen. Herrlich! Schau dich dort einmal um, was entdeckst du alles, wie sieht es aus, wie riecht es dort? Dann sieh Dir Deine Freunde genau an, wie sehen Sie heute aus? Schau schließlich auch auf Dich, wie bist Du heute da? Was habt Ihr heute schon alles gemeinsam gespielt und erlebt?



Nun hat einer von Euch eine neue Idee: „Lasst uns am Fluss hinterm Haus spielen!“ - „Staudämme bauen, oder nein, Steine hüpfen lassen.“ „Oder ... wollen wir eine Flaschenpost losschicken?“ „Au ja.“

Ihr drei seid auf einmal ganz emsig: Papier suchen und Stifte, eine Flasche mit Verschluss, einen Bindfaden für die Briefrolle. Lange überlegt Ihr dann, was in Eurem Brief stehen soll. Und reicht es, ihn auf deutsch zu schreiben? Ihr geht im Kopf die Flüsse durch, die Eure Flaschenpost alle nacheinander passieren könnte. Mit viel Glück schafft sie es bis ins Schwarze Meer!

Da merkst du, wie aufgeregt und vorfreudig es sich gerade in Dir anfühlt. Selbst warst Du noch nie so weit weg, aber Du träumst von Urlaub, von steilen Klippen und Stränden, von Bergen und Wäldern.

„Hallo Du, können wir los?“, hörst Du Deine Freunde wie von fern. Sie haben den Brief gerollt, verschnürt und in der Flasche fest verschlossen. Jetzt kann es losgehen.

Ihr verlasst Haus und Garten und über einen kurzen Weg gelangt Ihr zum Fluss. Vorsichtig legt Ihr die Flasche vom Ufer aus ins seichte Wasser und gebt ihr einen Schubs. Ganz gemächlich schwimmt die Flaschenpost los und nimmt langsam Fahrt auf. Ihr folgt nun eurer Flasche: Zunächst mit Blicken, dann zu Fuß durchs Gebüsch, über Maulwurfshügel, durch Brennnessel hindurch und dann mit dem Popo

den Abhang hinab. Lachen und freudige Rufe dringen durch das kleine Wäldchen am Fluss. Welch wunderbares Abenteuer Ihr doch erleben dürft!

Plötzlich aber verhängt sich Eure Flasche. Äste eines umgekippten Baumes haben sie aufgehalten. Ist ihre Reise hier schon vorbei? Unter Anstrengung und mit heftigem Gezerre bewegt Ihr die Äste des Baumes leicht auf und ab. Schließlich treibt Eure Flaschenpost weiter. Geschafft! Eine Zeitlang schaut Du ihr noch nach. Dann dreht Ihr schließlich wieder um: Zurück geht es am Fluss entlang, durchs Wäldchen, über den Wiesenweg bis zum Garten.

Aus dem Garten Deiner Freunde und den Tagen Deiner Kindheit kehrst Du nun wieder ins Hier und Jetzt zurück.

Strecke Dich, spüre Deine Arme, Deinen Körper.

Anna Lottes, Pastoralreferentin

PS: Darf ich Ihnen noch etwas verraten? Meine Flaschenpost damals kam noch ungefähr fünf Flussbiegungen weiter bis in den Nachbarort. Ein Landschaftsgärtner hat sie am Flussufer gefunden. Sie hatte sich in einer Wildrose verhangen, weshalb er mir eine Postkarte mit einem Scherenschnitt zurückschickte, die Dornröschen inmitten einer Rosenhecke zeigte.

Abenteuer Leben

Ein biografischer Nachmittag mit viel Kreativität

In der Seniorenarbeit begegnen uns vielfältige Lebensgeschichten. Manche hören sich wie eine Abenteuerreise an. Da ist von getroffenen Entscheidungen die Rede, von bewältigten Problemen, von erlebten Überraschungen, von Herausforderungen, die viel Kraft und Ausdauer forderten. Es tut gut, sich daran zu erinnern, was man im Leben schon alles geschafft hat. Es ist schön, sich an allem Gelungenen zu erfreuen und an das zu denken, was man auch „überleben“ musste. Durch die Auseinandersetzung mit der eigenen Vergangenheit, können Seniorinnen und Senioren eine neue Wertschätzung für sich selbst und das, was sie erfahren haben, entwickeln.

Ziele

- Die Teilnehmenden malen eine sogenannte „Lebenslandschaft“.
- Die Teilnehmenden erinnern sich an positive Lebensmomente, die ihr Leben wertvoll gemacht haben.
- Die Teilnehmenden erinnern sich an Herausforderungen und Probleme, die sie bewältigt haben.
- Die Beschäftigung mit der Lebenslandschaft stärkt die eigene Identität und Zufriedenheit.

Voraussetzungen

- Die Teilnehmenden sollen Freude an Farben und am Malen haben.
- Die Teilnehmenden können sich konzentrieren.
- Die Teilnehmenden haben Interesse am Thema und am gemeinsamen Austausch.

1. Vorbereitung

Die Leitung besorgt Gegenstände, die ein Leben abbilden. Zum Beispiel: Kinderkleidung, Spielzeug, Schulheft, Werkzeug, Hochzeitsbild, Reisebücher, Kochutensilien ...

Malblock, Kreiden und Holzstifte

2. Begrüßung

Die Leitung begrüßt alle Teilnehmenden und bedankt sich bei ihnen für ihr Kommen. Sie weist dann auf die Gegenstände in der Mitte hin. Sie benennt das Thema: „Abenteuer Leben“.

3. Einführung

Die Leitung beschreibt die Möglichkeit, das eigene Leben wie ein Landschaftsbild zu malen, mit einem Dorf oder einer Stadt, mit Seen und Flüssen, mit Bergen und Tälern usw.

Sie beschreibt, dass jedem gemalten Detail des Bildes eine bestimmte Bedeutung gegeben werden darf.

4. Erarbeitung

Die Leitung lädt ein, sich Farben auszusuchen und mit dem Malen der „Lebenslandschaft“ zu beginnen. Sie betont, dass es nicht darum geht, ein wunderschönes Gemälde zu erstellen, sondern darum, dass bedeutungsvolle Momente abgebildet werden.

Die Teilnehmenden beenden nach einer vorgegebenen Zeit ihr Bild und beschriften es anschließend mit Begriffen, die für wichtige Begebenheiten in ihrem Leben stehen.



Anhand der Bilder tauschen sich die Teilnehmenden in einer Erzählrunde aus. Dabei kommen positive, freudige Ereignisse zur Sprache, aber auch Herausforderndes und Schmerzliches. Die Leitung achtet darauf, dass das Erzählte sehr positiv und stärkend beurteilt wird und würdigt die Lebensleistung der Einzelnen.

5. Abschluss

Die Runde wird mit einem Text oder Gedicht beendet, das zum Thema passt.

Rita Sieber, Gemeindereferentin

Durch den Dschungel bis ans Ziel

Das Abenteuer beginnt.

Beide sind ganz aufgeregt und machen sich eiligen Schrittes auf den Weg zu ihrem Ziel am Ende des Dschungels - doch zuerst besteigen sie den Aussichtsturm. Der Anstieg ist gar nicht so einfach, denn sie müssen dazu eine steile, schroffe Fassade erklimmen. „Pass auf!“, ruft er seiner Partnerin zu. „Du musst dich gut festhalten, sonst fällst du in die Tiefe.“ Sie antwortet: „Das weiß ich doch - jetzt kletter' weiter, ich bin direkt hinter dir.“

Als er oben ankommt, reicht er ihr die Hand und zieht sie über die Brüstung. „Schau, da hinten!“, ruft sie und zeigt mit ausgestrecktem Arm, wo sich ihr Ziel befinden wird. „Ja, ich sehe es!“, antwortet er ganz aufgeregt. Dann sieht er sich nach einer Möglichkeit um, um sicher wieder zurück auf den Boden zu gelangen.

„Hier können wir runterschlittern - ich zeig dir, wie es geht!“, sagt er und gleitet eine Schräge hinab. Sie folgt ihm direkt hinterher: „Aus dem Weg! Aus dem Weg!“, warnt sie ihn, doch es ist schon zu spät und sie rutscht ihm in den Rücken. „Autsch, du musst doch aufpassen, sonst musst du noch alleine weiter!“, schimpft er. Aber sie - ganz Feuer und Flamme - rappelt sich gleich wieder auf.

„Tut mir leid! Aber komm einfach, wir müssen hier über den Fluss“, ruft sie ihm im Laufschrift zu. „Ich halte dir die Liane und du schwingst schon mal rüber. Dann musst du sie mir zurückbringen und ich komme nach.“, erklärt er ihr seinen Plan. Schon schwingt sie sich auf den Ast, der an der Liane befestigt ist, und saust los - eine lange Strecke über den Fluss. Wie besprochen folgt er ihr mit ihrer Hilfe. Den Fluss haben sie erfolgreich hinter sich gebracht. Jetzt kommen sie an eine Sandbank und schon

kommt die nächste Idee: „Lass uns hier schnell eine Burg bauen, sodass wir wissen, wo wir lang gekommen sind.“ Er startet sofort damit, den Sand aufzuhäufen und antwortet dabei nur ein eiliges „Okay!“. Nach einer Weile beschließen sie, dass die Markierung hoch genug sei und stecken oben noch einen langen Stock hinein.

Dann entdecken sie zwei Wildpferde. „Vorsicht, sonst erschrecken wir sie. Wenn wir leise sind, dann können wir uns vielleicht auf ihre Rücken schwingen und sie bringen uns noch schneller voran“, flüstert er ihr ins Ohr. „Ja, das ist eine gute Idee“, antwortet sie. Sie schleichen sich an und schafften es tatsächlich, sich auf die Pferde zu setzen. „Hüa“, rufen sie fast gleichzeitig. Und schon geht ein wilder Ritt los, bis sie jeweils mit einem großen Satz von den Rücken der Pferde springen. Denn sind sie an einer sehr stark bewachsenen Stelle des Dschungels angekommen. „Hier kommen die Pferde eh nicht durch“, keucht er. Beide setzen sich erst einen Moment, um wieder zu Atem zu kommen.



Dann stehen sie wieder auf und schlagen sich durch das dichte Unterholz bis sie an einem großen Baum ankommen. „Der Baum des Lebens“, flüstert sie. „Ja! Wir müssen hinauf und sicher gehen, dass wir auf dem richtigen Weg sind“, meint er und erklimmt direkt die ersten Äste. Sie folgt ihm und oben angelangt zeigt er ihr, dass sie sogar schon ganz nah sind! Vorsichtig klettern sie wieder herunter und gehen ihren Weg weiter.

Plötzlich knackt und raschelt es laut hinter ihnen. Sie schauen sich erschrocken an und laufen los, so schnell sie können. Und so brechen sie aus dem Unterholz - und sehen ihr sicheres Ziel! Dort ist sogar eine Person, die ihnen fröhlich zuwinkt! Sie rennen, so schnell sie können, bis sie dort angelangt sind. „Na, jetzt seid ihr beiden aber aus der Puste, was?“ Oma Ilse lacht und freut sich, ihre beiden Enkelkinder zu sehen. „Wollt ihr erstmal was trinken und ein paar Kekse essen, um wieder zu Kräften zu kommen?“, fragt sie. „Au ja!“, ruft Benni. „Das ist ja unser Schatz!“, grinst Sophie und nimmt direkt einen der leckeren Kekse ihrer Oma.

Ist Ihnen aufgefallen, dass in dieser Geschichte kein „echter“ Dschungel durchquert wurde?

Und falls ja: Können Sie sich vorstellen, welche Spielplatzgeräte sich hinter den Hindernissen der beiden Kinder verborgen haben? Wenn Sie mögen, dann lesen Sie die Geschichte doch ein zweites Mal und stellen sich dabei die Kinderstimmen und Spielgeräte vor.

Und noch ein Schlussgedanke: Wer sagt denn, dass man im Alter nicht auch kleinere oder größere Abenteuer erleben kann? Nicht immer muss es sich um eine Reise oder ein ganz außergewöhnliches Erlebnis handeln. Vielleicht tut es uns ab und zu auch schon ganz gut, eine „Brille“ mit kindlicher Neugier und Entdeckerlust aufzusetzen und auch mal kreative Ideen und Lösungsansätze zuzulassen. Oder wir schauen Kindern zu und lassen uns durchs Spiel mit ihnen in eine Abenteuerwelt verführen.

Jacqueline Seidel

Auflösung: Klettergerüst mit Kletterwand und Turm, Rutsche, Tellerlift, Sandkasten, Wipptiere, Spielwald mit Kletterbaum

Aktuelles aus unserem Fachbereich

Veranstaltungen und Informationen der Altenseelsorge

Großer Bildungstag im Haus Sankt Ulrich in Augsburg

Vortrag: Freitag, 26.09.2025, 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr

„Mit Verstand altern“ - Wie es gelingt, geistig fit und lebendig zu bleiben

Referentin: Dr. med. Marianne Koch, Ärztin und Autorin

Musikalische Umrahmung: Chor „Grenzenlos“ aus Augsburg

Kosten: 5 € (um Anmeldung wird gebeten)

Workshoptag:

Samstag, 27.09.2025, 9:00 Uhr bis 16:30 Uhr

Sie können jeweils 2 Workshops zu folgenden Themen auswählen:

1. Sicher unterwegs mit dem Rollator
2. Ganzheitliches Musizieren mit Seniorinnen und Senioren
3. Einfach spitze! - Leichte Tänze im Sitzen für die Arbeit (nicht nur) in Pflegeeinrichtungen
4. Mit sanften Bewegungen den Lebensweg des Alters meistern
5. Neurokinetik: Köpfchen in Bewegung - Aktiv gegen das Vergessen
6. Atmung im Alltag - Ein Workshop für Jung und Alt
7. Körperweisheit & heilsame Berührung
8. Selbstbestimmt im Alter - praktischer spiritueller Übungskurs für die Seniorinnen und Senioren
9. Die Seele berühren - Gottesdienste gestalten für Menschen mit Demenz
10. „Wir waren schon immer da!“ - Queere Menschen im Alter begleiten
11. Bretter, die meine Welt bedeuten

Die Inhalte der Workshops entsprechen den Fortbildungsrichtlinien nach §53b SGB XI für Betreuungskräfte.

Kosten: 140 € für hauptamtlich Tätige, 115 € für ehrenamtlich Tätige (Vortrag und Workshoptag mit Übernachtung, Essen, ohne Getränke) **Leider sind bereits alle Übernachtungen ausgebucht!**

85 € für hauptamtlich Tätige, 70 € für ehrenamtlich Tätige (Mittagessen, ohne Getränke, ohne Übernachtung).

Anmeldeschluss: 31. Juli 2025 bei der altenseelsorge@bistum-augsburg.de, Tel. 0821 3166-2222



Unterwegs in die Rente

Gemeinsam einem neuen Lebensabschnitt entgegen

Leitung: Wolfgang Seidler, KAB-Kreissekretär

Referentin: Rita Sieber

Zielgruppe: Menschen, deren Erwerbsleben zu Ende geht, Haupt- und Ehrenamtliche, Interessierte

Termin: 11.10.2025, 9:30 Uhr - 13:00 Uhr

Ort: GE(h)ZEITENWEG, Nesselwang

Kosten: 15 €

Anmeldung bis 26.09.2025

altenseelsorge@bistum-augsburg.de,
Tel. 0821 3166-2222

Fragen, die sich beim Übergang in den Rentenstand stellen, wollen wir in Nesselwang nachgehen, beim Erwandern des dortigen GE(h)ZEITEN-Weges.

Wer möchte, kann den Samstagvormittag beim Mittagessen anschließend gemeinsam ausklingen lassen.

Eine Kooperationsveranstaltung der Altenseelsorge im Bistum Augsburg und der Katholischen Arbeitnehmer-Bewegung (KAB) im Allgäu.

30. Deutscher Präventionstag

Am 23.06.25 und 24.06.25 findet in Augsburg der 30. Deutsche Präventionstag statt.

(www.praeventionstag.de).

Im Rahmen des Präventionstages gibt es einige Programmpunkte, die Bürgerinnen und Bürger kostenlos besuchen können. Einer davon ist das Theater „Lug und Betrug“. Ein Theaterstück, auf das wir bei unseren Dekanatsrunden im Frühjahr schon aufmerksam gemacht haben.

Anbei nähere Informationen dazu:

Lug und Betrug - ein Theaterstück nicht nur für Seniorinnen und Senioren

Falscher Handwerker, Zetteltrick, Schockanruf, falscher Polizist, Gewinnmitteilung, Überweisungsbruch, immer wieder liest man von Betrugereien, bei denen Seniorinnen und Senioren um ihr Ersparnis gebracht werden.

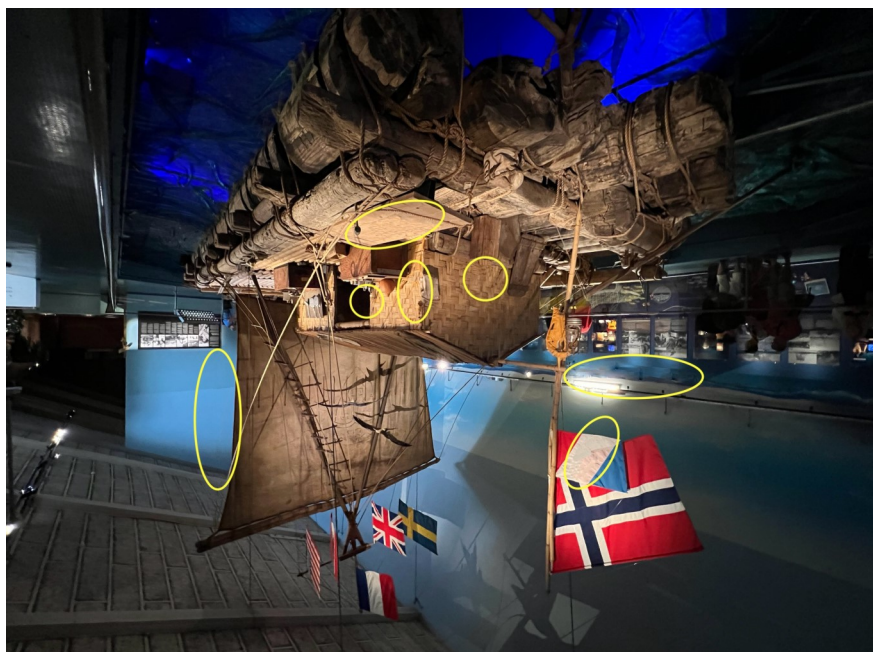
Wie können Sie sich schützen? Die Theatergruppen Neues Theater Mering und Krebsbachtaler Dorfbühne Hollenbach gehen in Kooperation mit der Kriminalpolizei neue Wege in der Präventionsarbeit.

In einem Theaterstück sehen Sie, lebendig und mitreisend dargestellt, wie schnell Sie Opfer von Betrügern werden können. In Szenen, wie aus dem richtigen Leben, werden die Schauspielerinnen und Schauspieler Betrugereien vorspielen. Im Anschluss daran erhalten Sie Tipps und Informationen von Beamten der Kriminalpolizei. Ein erneutes Anspielen der Szene, unter Berücksichtigung der Tipps, führt Ihnen vor Augen, dass es oft einfach sein kann, Betrüger abzuwehren.

Im Rahmen des 30. Deutschen Präventionstages in Augsburg besteht für die Bürgerinnen und Bürger am Montag, 23. Juni 2025, 15:30 Uhr, die Möglichkeit dieses Theaterstück kostenfrei im Sparkassen-Forum der Stadtbücherei Augsburg, Ernst Reuter Platz 1, 86150 Augsburg, sehen zu können. Die Veranstaltung ist barrierefrei erreichbar.

Eine Anmeldung ist jedoch unbedingt erforderlich, entweder online <https://www.praeventionstag.de/nano.cms/anmeldung-buehne>, per E-Mail kripo-beratungsstelle-augsburg@polizei.bayern.de oder telefonisch 0821 323-3773, unter Angabe des Vor- und Zunamens und der E-Mail-Adresse.

Auflösung
Fehlerbild auf
Seite 20





Fehlerbild

Finden Sie die 7 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 Publikationen verwenden - aber bitte **immer** mit Angabe der Verfasserin oder des Verfassers. Zum Beispiel:
 Maria Hierl, in: Miteinander auf dem Weg, Nr. 48 - Altenseelsorge im Bistum Augsburg.

So erreichen Sie uns:

Bischöfliches Seelsorgeamt - **FB 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:

Robert Ischwang (1, 19, 20); Barbara Kugelman (2, 7); Martina Vizethum (3); Christiane Raabe, in: Pfarrbriefservice.de (4); Martin Manigatterer, in: Pfarrbriefservice.de (4); Anja Treffler, in: Pfarrbriefservice.de (5); Gerard Distel (5, 6); Margaretha Wachter (11); Maria Hierl (12, 14); Rita Sieber (16); Peter Weidemann, in: Pfarrbriefservice.de (17);

Impressum

Druckausgabe: Gemeindebriefdruckerei, Eichenring 15 a, 29393 Groß Oesingen

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