

# Miteinander auf dem Weg

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

## Vom Reisen

Nr. 49 - Juli 2025



Es ist der 30. Juni 2025. Da steht es, mein Fahrrad, angelehnt an den Stein mit Infotafel hoch über dem Tuffjord, die letzte Übernachtung vor dem Ziel einer 3300 Kilometer langen Solo-Reise, nur noch 17 Kilometer und 550 Höhenmeter sind es bis zum Nordkap.

Die längste Reise meines Lebens geht dem Ende entgegen ...

Das Reisen scheint uns Menschen eingeschrieben zu sein, von Anfang an zogen ganze Stämme und Völker umher, erst seit wenigen Jahrtausenden sind Menschen richtig sesshaft geworden. Mir scheint, je enger wir in unseren Städten und Dörfern zusammenleben, je beschäftigter wir im Alltag unserer Arbeit nachgehen, desto mehr zieht es uns in der Freizeit fort. Die Sehnsucht nach Erholung am Meer, nach der klaren Luft der Berge, nach fernen Ländern und ihren Kulturen wächst immer weiter. In diesem Jahr planen fast 75% aller Deutschen eine Reise, fast  $\frac{3}{4}$  von ihnen werden ins Ausland reisen: Spanien, Italien und die Türkei führen die Liste der Ziele an.

So unterschiedlich wir Menschen sind, so vielfältig ist die Art des Reisens. Viele eilen per Flugzeug oder Auto an ihr Ziel: zum Ferienclub in der Dominikanischen Republik oder nach Hurghada, zum Hotel oder Campingplatz an der Adria, zur Erholung auf eine Nordseeinsel. Andere reisen mit dem Bus durch Europa, machen

Städtetouren, besuchen Museen, touren in Ägypten über den Nil von den Tempeln in Luxor bis zu den Pyramiden Gizehs. Oder fahren mit dem Wohnmobil von Ort zu Ort, nutzen es als Ausgangspunkt für Besichtigungen, Wanderungen, Naturerlebnisse. Auf manche dieser Reisen habe ich mich auch schon gemacht, und egal wie man verreist, wer offen dafür ist, wird immer viele bereichernde Erfahrungen und bleibende Erinnerungen mit nach Hause bringen.

Doch genau betrachtet muss ich mir eingestehen: Eigentlich war ich in meinem Leben kaum auf Reisen, sondern meistens nur „verreist“, habe also meinen Wohnort verlassen, um an einem anderen Ort z. B. Erholung zu suchen, Erlebnisse und Erfahrungen zu sammeln, etwas zu unternehmen. Aber so richtig „auf Reisen“? So wie Johann Wolfgang von Goethe es beschreibt „Man reist nicht, um anzu- kommen, sondern um zu reisen“? Also Reisen wie: sich auf den Weg machen, wenig mitnehmen, möglichst aus eigener Kraft vorwärtskommen. Vor über 40 Jahren sind wir als Gruppe nach Santiago de Compostela gelaufen. Eine solche Reise wird tatsächlich zum Bild für den eigenen Lebensweg, die Erfahrungen dort zur Kraftquelle und Inspiration für das weitere Leben.

Dieses Jahr bin ich 60 geworden - voll eingespannt im Beruf und fest eingerichtet im Leben, den Blick auf das siebte Lebensjahrzehnt gut verstellt. Also höchste Zeit, um noch einmal zu einer echten Reise aufzubrechen - sie wurde ein richtiges Abenteuer. Gerne komme ich in nächster Zeit vorbei und erzähle ausführlich davon. Für heute nur folgende Fragmente:

Das Schwierigste an einer solchen Reise ist der Aufbruch, die vielen „Aber“ im eigenen Kopf und im Umfeld. Wie soll das gehen, mit angeschlagenen Knien, nur mit dem Fahrrad bis nach Nordnorwegen, mit so leichtem Gepäck? Nur ein ultraleichtes sehr kleines Zelt, Schlafsack, kleiner Kocher, ein Topf, ein Teller. Dazu Gewürze, Reis, Nudeln in die Packtaschen, den Rest von Tag zu Tag besorgen. Meine größte Überwindung: nur ein Satz Kleidung zum Radeln und ein Satz Kleidung zum Nicht-Radeln - keine Flasche mit Duschgel, keinen Rasierapparat. Aber, so banal es sich anhört, man kann nicht mehr am Körper tragen als EIN Gewand! Und ja, ich bin gut mit dem Wenigen ausgekommen!

Ob Pannen, Reparaturen oder andere Zwischenfälle: Du kannst und musst nicht für alles im Leben gewappnet sein. Vieles bestehst Du auch und gerade mit Rat und Hilfe anderer Dir bis dahin völlig fremder Menschen. Wie Vegar aus Dombås, der mit seinem Rennrad einfach mal eine Stunde den Pass mithochgeradelt ist. Oder die Friseurin Marie aus Nesna, die zwar keine Zeit, aber Platz und Geräte hatte, damit ich mich in ihrem Salon kostenfrei rasieren konnte. Allein unterwegs und - vielleicht gerade deshalb - nie allein oder einsam.

Eiskalte Regentage, lange frostige Tunnel, endlose Steigungen und Gegenwind zeigen Dir ohne Hilfsmittel in der Hinterhand körperlich und auch moralisch Deine Grenzen auf, lassen Dich, aber auch über Dich selbst hinauswachsen. Tag für Tag, das Tagesziel im Blick - und fast nie das Nordkap.

Die Vorräte, auf die es ankommt, nimmst Du nicht mit, sie wachsen Dir zu, wenn Du vorher auf Überflüssiges verzichtest: Das unmittelbare Erleben der Natur, ihre auch rohen Kräfte. Das Vertrauen darauf, dass der nächste Tag aus seinen Möglichkeiten zu bewältigen ist. Die täglich neu geprobte Zuversicht, dass Du keine Angst um Dich selbst haben musst, weil da einer ist, der Dich im Letzten auffängt, wo Dir keine eigenen Mittel und Vorräte je weiterhelfen werden.

Und es sind Vorräte, die ich mit nach Hause genommen habe. Es sind die Vorräte für die Seele, die wir alle auf den Wegstrecken und Reisen unseres Lebens eingesammelt haben und die uns keiner mehr nehmen kann. Es sind die Vorräte, von denen wir leben, wenn wir körperlich einmal nicht mehr aufbrechen und reisen können.

Die uns nicht etwa zeigen, was wir einmal für Helden WAREN, sondern wer wir tatsächlich SIND.

**Robert Jschwang**

Diözesan-Altenseelsorger

*Wohin die Reise mich führt ...*

*Um mich her in die Nähe und weit in die Ferne  
Ins Warme, ins Helle, ins Angenehme  
ans Meer, in die Berge  
Jede Reise eine Weltreise*

*Auf dem Zeitstrahl  
Von der Geburt bis zum Tod  
von der Urzeit zur Zukunft  
Jede Reise eine Zeitreise*

*In meine Nähe  
In die Stadt, das Dorf  
das Haus, die Wohnung  
zum Baum, der Wiese  
der Rose, dem Garten  
Jede Reise führt heim*

*In mich  
Zu Freuden und Sorgen  
Geborgensein - Alleinsein  
zur inneren Burg, zum Seelenfünkeln  
Jede Reise eine Gottsuche*

*So führt mein Weg durch meine ganze Welt*

*Johanna Maria Quis*

## Von der Magie des Reisens

Ein Reiseführer mit dem Titel „1000 Places to see before you die“ (übersetzt: „1000 Orte, die du sehen musst, bevor du stirbst“) der Reisejournalistin Patricia Schultz hat Kultstatus. In diesem Buch stellt sie viele Ziele in Nah und Fern vor, die ihrer Meinung nach auf keiner Must-See-Liste fehlen dürfen. Mit ihren Beschreibungen weckt sie Fernweh und begeistert die Leserinnen und Leser. Sehnsucht entsteht und sogleich möchte man die Koffer packen.

Patricia Schultz schafft es, dass man sich eine lebendige Vorstellung des jeweiligen Urlaubsortes machen kann und somit beginnt die Reise bereits daheim bei der Vorbereitung.

Ich mag Flugplätze und Bahnhöfe und schaue mir gerne die Menschen an, die hin und her eilen. Für mich steckt da ganz viel von Fernweh, Aufbruch und Abenteuer drin. Die meisten sind auf dem Weg, für eine gewisse Zeit ein anderes Leben zu führen: frei vom Alltag, ganz viel Freiheit und viele schöne und aufregende Erlebnisse.

Die Menschen des Alten Testaments waren im Grunde auch Reisende, die immer wieder aufgebrochen sind. In 1. Mose 12,1-2 können wir nachlesen: „Geh aus deinem Vaterland und von deiner Verwandtschaft und aus deines Vaters Hause in ein Land, das ich dir zeigen will [...] und ich will dich segnen“. Abraham auch einer, der alles Vertraute und Gewohnte hinter sich lässt, aufbricht und sich auf ein Abenteuer einlässt.

Abraham wird zum Nomaden und ich glaube, dass viele Menschen das im Grunde auch sind. So kann man ahnen, inwiefern das Reisen eine spirituelle Angelegenheit ist. Wir erhoffen uns nicht nur eine Auszeit vom Alltag, sondern erhoffen uns auch von dem loszukommen, was auf uns lastet und unseren Alltag schwer macht.

Nach Aufbruch und Trennung vom Alltag sind wir irgendwann am Ziel. Was sind das nun aber für kostbare Momente, die wir uns dort wünschen?

Ich glaube, diese Momente kann man nicht im Reisebüro buchen, denn sie sind mit keinem Geld der Welt zu bezahlen. Es ist das Glücksgefühl, wenn man sich in den Wellen des Meeres treiben lassen kann, wenn man den feinen Sand unter den Füßen spürt, wenn man nach einer schweißtreibenden Wanderung die Bergwelt auf sich wirken lassen kann, wenn man einen Sonnenuntergang genießen kann - und und und ...

Auch hier finde ich eine Verbindung zu den Schriften in der Bibel. Gerade in den Psalmen wird die Schöpfung gepriesen und in wunderbaren Farben beschrieben. Das kann der Mensch nicht „machen“, das ist Gottesgeschenk. Anscheinend müssen aber bei uns Menschen die Sinnesorgane so stark ausgebildet sein, dass diese Eindrücke für uns eine Bedeutung bekommen und wir sie für uns tatsächlich deuten können. Solche magischen Momente eröffnen für uns die Schönheiten des Lebens und können mit einem seltenen Wort beschrieben werden: „Gnade“.



So wünsche ich uns allen in diesem Sommer noch viele „Gnadenmomente“!

*Rita Sieber, Gemeindeferentin*

## Urlaubs-Träume

Früher dachte ich, Urlaub und freie Zeit seien Luxus, doch heute denke ich, dass beides sehr wichtig ist, um Körper und Seele eine Zeit der Erholung zu schenken und auch die eigene Weltanschauung zu entwickeln.

Manchmal reicht es schon, wenn man sich die Zeit nimmt ins Grüne zu gehen, die frische Luft zu atmen, die wunderschöne Natur zu sehen, Vögel zwitschern zu hören, Schmetterlinge zu bestaunen, Düfte wahrzunehmen und schon kann die Seele baumeln, vorausgesetzt unsere Sinne sind wach und geschärft, so denke ich heute.

Richtig Urlaub machen war in meiner Kindheit nicht drin und die freie Zeit war rar.

Wir hatten eine Landwirtschaft, die mein Vater umtrieb und einen kleinen Schreib- und Spielwarenladen, der so ziemlich alles aus den vielen Regalen und Schubladen hervorbrachte, was der Kunden Herz begehrt. Zwei Großväter waren zudem noch zu versorgen. So waren wir damals sieben Personen im Haushalt.

Da gab es jede Menge zu tun und alle mussten mit anpacken. Unser sonntäglicher Ausflug war der Gang zum Friedhof mit der Familie nach dem Mittagessen. An weitere Ausflüge kann ich mich in der Kindheit nicht erinnern.

Wenn ich dann von Schulkameradinnen die Urlaubserzählungen hörte, fing ich an zu träumen und meine Sehnsucht wuchs, auch mal in den Urlaub zu fahren.

Eine große Freude war es, als ich mit der Familie einer Freundin dann ans Meer fahren durfte und erstmals ein Hotel von innen sah.

Wasser soweit man sehen konnte und es war auch noch salzig.

Die Sehnsucht in die Ferne zu reisen wurde geweckt und wuchs stetig. Ich träumte weiter von der großen weiten Welt.

Als ich erwachsen war und selbst Familie hatte, wurde meistens Urlaub eingeplant, jedoch nur

dorthin, wo man mit dem Auto gut hinfahren konnte.

Ein sehr großes Geschenk war es für mich, als meine beiden Kinder mit der Schule fertig waren und auch Reiselust verspürten. Das Schöne daran war, dass sie mich mitnehmen wollten, was ich mir nicht zweimal sagen ließ.

Mit dem Rucksack auf dem Buckel oder mit dem Zelt auf dem Autodach entdeckten wir Teile von Spanien, Schottland, Mexiko, Costa Rica, Belize, Neuseeland, Tasmanien, Patagonien, Argentinien, Chile und Uruguay.

Die Begegnung mit Menschen aus der ganzen Welt in einfachen Unterkünften oder auf dem Zeltplatz, das gemeinsame Kochen, die oft nicht optimalen sanitären Anlagen waren eine Herausforderung, aber überwiegend eine sehr große Freude.

Überall trafen wir auf nette Menschen, hatten schöne Begegnungen und genossen die wunderbare Natur.

Ein ganz schönes Erlebnis bei diesen Trips war, als wir mit dem kleinen Suzuki und dem Zelt auf dem Dach (mit Blick aufs Meer) in den Dünen von Neuseeland übernachtet hatten.

Da ich Frühaufsteherin bin, saß ich auf einem Holz am Strand und schaute aufs Meer.

Einige Männer kamen vorbei und ich fragte, ob sie zum Fischen gehen.

Viel habe ich nicht verstanden, als sie mir geantwortet haben.

Ich saß noch am Strand als sie zurückkamen und traute meinen Augen nicht, als mir einer der Männer einen Hummer überreichte.



Mit Händen und Füßen wollte ich ihm erklären, dass wir nur einen kleinen Kochtopf haben und nicht wissen wie wir das Tier zubereiten sollen. Meine Tochter kam mir zu Hilfe und schließlich zerlegte er uns den Hummer und wir kochten ihn auf Etappen mit Meerwasser in unserem kleinen Topf. Die Augen des Hummers sahen noch darüber hinaus. Als er fertig war, erklärte mir meine Tochter, dass sie davon nichts essen werde und so blieb diese Köstlichkeit mir alleine.



Da wir großen Spaß mit dem Fischer hatten, lud er uns zu sich nach Hause ein. Wir folgten seiner Einladung, campten zwei Tage in seinem Garten, in dem sehr hohe Bäume standen und der eher einem Urwald glich. Wir kochten gemeinsam in seinem „Haus von Rocky Docky“, tranken Tee auf seiner Terrasse und freuten uns des Lebens.

Ich bin sehr dankbar, dass ich auch noch nach dieser schönen, erlebnisreichen Zeit mit meinen Kindern, schöne Reisen in die weite Welt unternehmen konnte, und als Ausländerin dort erleben durfte, wie offen und gastfreundlich die Menschen zu mir waren.

Begegnungen, manchmal ohne viel Worte, aber mit offenem Herzen. Welch ein Glück!

So kann es sein, wenn Urlaubs-Träume wahr werden.

Hören wir nicht auf zu Träumen!

*Barbara Kugelmann*

## Gedächtnistraining zum Thema „Reisen“

### Wortsuche „Reise“

Suchen Sie möglichst schnell mindestens 10 zusammengesetzte Hauptwörter, die alle mit „Reise“ beginnen. Wenn Sie Lust haben, können Sie auch für jeden Buchstaben des Alphabets ein Hauptwort finden. Sie werden sehen, je länger Sie darüber nachdenken, desto mehr Wörter fallen Ihnen ein.

Zum Beispiel: Reisevorbereitung

### Reisen und mehr!

Bei der folgenden Übung werden Wörter gesucht, die alle mit Reise beginnen. Sie finden die gesuchten Wörter, indem Sie sich die fehlenden Buchstaben der jeweiligen ABC-Reihe notieren und wie bei Schüttelwörtern zu einem sinnvollen Wort sortieren. Umlaute (ä, ö und ü) werden als ae, oe und ue geschrieben.

Beispiel: Gesucht wird ein Wort, das an Herbst angehängt werden kann

Folgende ABC-Reihe ist angegeben: CDEFGHIJKMNOPQRSTUVWXYZ

Es fehlen: ABLU

Gesuchtes Wort: LAUB

Lösung: Herbstlaub

1. ABCDEFGHIJKMNOPQRVWXYZ

Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_

Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_



2. BCFGHIJKLMNOPQSTVWXYZ  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_
3. ABCDFGHJKLMNOPQRSTUVWXYZ  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_
4. BCD FHIJKLMOPQSVWXYZ  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_
5. ACDEFGHIJKLMNOPQRTVWXYZ  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_
6. ADFGJKLMNOPSUVWXYZ  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_
7. BDFGIJKLMNOPQRUVWXYZ  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_
8. ABCDFGHIJKLOPQSVWXY  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_
9. ABDFGHIJLMNOPQRSTUVWXYZ  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_
10. ABCDEFGHJKLMPQRSUVWXY  
Es fehlen die Buchstaben: \_\_\_\_\_  
Gesuchtes Wort: \_\_\_\_\_

### Um welche Reiseziele geht es hier?

Ergänzen Sie die fehlenden Buchstaben und finden Sie so beliebte Reiseländer!

- Zum Beispiel:                                               Antwort: FRANKREICH
1.
  2.
  3.
  4.
  5.
  6.
  7.
  8.
  9.
  10.

## Sehenswürdigkeiten gesucht!

Fast jede große Stadt hat irgendeine Sehenswürdigkeit. Bestimmt fallen Ihnen auf Anhieb einige ein. Ordnen Sie im Schaubild unten die Städte den jeweiligen Sehenswürdigkeiten zu!



©MH07.2025

## Endlich Sommer!

In dieser Geschichte finden sich eine Reihe von Zwillingswörtern. Zwillingswörter sind Wortpaare, die wir in der Regel gemeinsam verwenden. Das erste Wort ist im folgenden Text bereits genannt. Ergänzen Sie das 2. Wort.

Endlich ist es Sommer und ich habe sage und \_\_\_\_\_ 3 Wochen frei. Dieses Jahr fahre ich ohne Kind und \_\_\_\_\_ weg. Nach langem Hin und \_\_\_\_\_ und allem Für und \_\_\_\_\_ habe ich beschlossen, dieses Jahr nach Griechenland zu fahren. Nachdem ich mir angeschaut habe, was ich hier alles erleben kann, bin ich ganz Feuer und \_\_\_\_\_. Nun ist Kofferpacken angesagt. Eine Liste, was alles eingepackt werden soll, ist schnell gemacht. Rauf und \_\_\_\_\_ geht es die Treppen, bis alles im Koffer ist, danach bin ich fix und \_\_\_\_\_. Jetzt heißt es noch ein Bahnticket buchen. Mit Ach und \_\_\_\_\_ gelingt es mir über die Bahn-App eines zu lösen. Dann ist es soweit - heute geht es los. Mein Hund folgt mir auf Schritt und \_\_\_\_\_ und spürt, dass heute was anders ist, aber er muss bei meinem Mann zu Hause bleiben. Nach einer mehr oder \_\_\_\_\_ angenehmen Zugfahrt erreiche ich Athen und sehe mir dort viele Sehenswürdigkeiten an, die es hier in Hülle und \_\_\_\_\_ gibt. Dann geht es weiter mit dem Schiff nach Santorin. Von Zeit zu \_\_\_\_\_ rufe ich zu Hause an, aber dort ist im Großen und \_\_\_\_\_ alles klipp und \_\_\_\_\_. Nach fast zwei Wochen wunderbarer Zeit am blauen Meer geht es morgen wieder nach Hause. Mit Mühe und \_\_\_\_\_ erreiche ich

mein Schiff am nächsten Morgen, weil der Taxifahrer wie Kraut und \_\_\_\_\_ gefahren ist und sich dann auch noch verfahren hat. Ich habe Blut und \_\_\_\_\_ geschwitzt, aber schließlich und \_\_\_\_\_ hat dann doch noch alles geklappt. Auf der Heimfahrt über Berg und \_\_\_\_\_ lasse ich noch einmal die letzten Wochen vorbeiziehen und stelle kurz und \_\_\_\_\_ fest: Griechenland ist ohne Wenn und \_\_\_\_\_ eine Reise wert.

Fallen Ihnen noch weitere Zwillingswörter ein?

#### Lösungen:

Wortsuche „Reise“: Zum Beispiel: Reiseantritt, -büro, -checkliste, -dauer, -erlebnis, -fieber, -geld, -haftpflichtversicherung, -information, -journal, -kasse, -lektüre, -mitteilung, -notizen, -organisation, -pass, -qualität, -rücktritt, -scheckkarte, -tag, -unterbrechung, -vorbereitung, -warnung, -zeit

Reisen und mehr!: 1. Reiselust; 2. Reisedauer; 3. Reiseziel; 4. Reiseagentur; 5. Reisebus; 6. Reisebericht; 7. Reisetasche; 8. Reisezentrum; 9. Reisezweck; 10. Reisenotiz

Um welche Reiseziele geht es hier?: 1. Griechenland; 2. Daenemark; 3. Slowenien; 4. England; 5. Italien; 6. Oesterreich; 7. Bulgarien; 8. Kanada; 9. Schweiz; 10. Belgien

Sehenswürdigkeiten gesucht! Paris - Eiffelturm; Wien - Prater; Berlin - Brandenburger Tor; Lissabon - Torre de Belém; Rom - Petersdom; Prag - Karlsbrücke; Rio de Janeiro - Zuckerhut; Brüssel - Atomium; London - Big Ben;

Istanbul - Hagia Sophia; Kopenhagen - Die kleine Meerjungfrau

Endlich Sommer!: sage und schreibe; Kind und Kegel; Hin und her; Für und Wider; Feuer und Flamme; rauf und runter; fix und fertig; mit Ach und Krach; Schritt und Tritt; in Hülle und Fülle; von Zeit zu Zeit; im Großen und Ganzen; klipp und klar; mit Müh und Not; wie Kraut und Rüben; Blut und Wasser; schließlich und endlich; Berg und Tal; kurz und bündig; ohne Wenn und Aber

Erstellt von Maria Hierl, Bildungsreferentin

## Aus dem Herzen für die Seele

### Der Reisende

In einem Land, in dem die Menschen alle freundlich und respektvoll miteinander umgingen, lebte ein Mädchen, das nicht laufen und sprechen konnte. Sie war ein herzensgutes Kind. Obwohl sie oft sehr traurig war, weil ihr Körper ihr nicht gehorchte.

Sie konnte mit einem besonderen System schreiben. Darüber war sie sehr froh. Mit den anderen Kindern ging sie im Dorf in die Schule. Es war dort normal, dass behinderte und gesunde Kinder zusammen unterrichtet werden.

Sehr früh merkten die Lehrer, dass das stumme Mädchen sich selbst das Lesen beigebracht hatte.

Auch konnte sie sehr gut rechnen. Das erkannten die Lehrer sofort. Es war in diesem Land normal, dass behinderte Kinder überall dabei waren. Deshalb wurden sie auch nicht angestarrt, das gehörte einfach so und war für alle normal. Und niemand dachte daran, dass man etwas ändern müsste.

Eines Tages kam ein Reisender, er war chic gekleidet und hatte einen Koffer dabei.

Er sah sich erstaunt um und sah, wie die gesunden Kinder ganz selbstverständlich mit den behinderten Kindern zur Schule gingen und am Nachmittag miteinander spielten.

Der Reisende war aus einem anderen Land angereist. Er erzählte ganz erstaunt, dass in seiner Heimat alle Kinder, die anders waren, extra mit Bussen zu Hause abgeholt und in spezielle Schulen gebracht wurden. Dort wurden sie gut versorgt. Allerdings kam es immer wieder vor, dass Kinder ganz falsch eingeschätzt wurden. Der Reisende saß da und sah den spielenden Kindern zu, dann musste er lächeln. Er fand die Idee genial, alle Kinder zusammen zu lassen. Denn er sah, dass die Kinder voneinander lernten.

Er nahm seinen Koffer und leerte ihn ganz aus. Dann nahm er das kleine Mädchen, das nicht sprechen konnte, bei der Hand und fragte sie: „Bitte schreibe mir etwas, was dir besonders wichtig ist, auf einen Stein.“

Sie nahm seine Hand und sie schrieben mit ihrem Buchstaben-System, Buchstabe für Buchstabe, auf einen Stein. Als das Mädchen fertig war mit buchstabieren, las der Reisende, was er aufgeschrieben hatte, laut vor: „Sich mit Respekt zu behandeln!“

Er nickte freundlich, packte den Stein in den Koffer, bedankte sich und fuhr wieder nach Hause.

Lilly Haller

## Die gute Fee

In einem fernen Land lebte einmal eine gute Fee. Sie war ein liebevolles Wesen mit einem lieben Herzen. Sie flog nachts über die Welt und schaute in die Häuser, ob alles in Ordnung wäre. Ganz genau sah sie nach, wenn Kinder dort schliefen. Sehr gerne schickte sie den Kindern schöne Träume. Die Fee merkte sofort, wenn ein Kind Sorgen hatte. Dann schickte sie ihm eine Sternschnuppe, die mit ihrem Sternenzauber gut trösten konnte.

Es ist so, dass Sternschnuppe in Afrika, in Kinyambo „ekibonuomu“ heißt, das bedeutet übersetzt: „Sieht nur ein Mensch“. Dort war die Fee auch unterwegs.

Eines Tages sah sie durch ein Fenster ein kleines Mädchen in ihrem Bett liegen. Die Fee sah sofort, dass das Mädchen sehr krank war.

Sie lag in ihrem Bett, die Augen hatte sie zu, aber sie schlief nicht. Sie war im Traum unterwegs. Mit einem weißen Pferd galoppierte sie über eine Blumenwiese. Der Wind wirbelte in ihren Haaren.

Gerne wäre sie mit dem Pferd nach Hause geritten.

Aber sie wusste genau, dass es noch zu früh war. Das Mädchen musste sehr tapfer sein und in das Zimmer zurück. Erst wenn es ihr besser gehen würde, dann würde sie wieder nach Hause können.

Die gute Fee schickte ihr noch eine Sternschnuppe.

Sie sollte ihr Mut, Kraft und Zuversicht geben und Geduld. „Wichtig ist, dass das Licht in deinem Herzen nicht aufhört zu leuchten“, sagte die Fee und flog zum nächsten Fenster.

Lilly Haller

Die zwei Geschichten sind von Lilly Haller geschrieben - eine junge Autorin, die sich kurz vorstellt:



„Ich bin 16 Jahre alt und das, was man ein körperlich schwer behindertes Kind nennt.

Ich kann nicht sprechen und meinen Körper kann ich nicht so bewegen, wie ich es gerne tun würde. Das macht es immer sehr schwer. Ich muss mich immer darauf verlassen, dass die Menschen, die bei mir sind, gut aufpassen, ob ich auch gut sitze oder liege.

Manchmal würde ich gerne mit meinem Körper davonlaufen, das geht aber nicht. Oft ist es sehr schwer für mich, weil mich viele als ein körperlich behindertes Mädchen sehen, das ganz klar auch geistig behindert sein muss.

Ich war immer gierig nach Buchstaben und Zahlen, aber das wusste niemand, bis Mama angefangen hat, mit mir Buchstaben und Wörter zu lernen. Sie hat meine Freude bemerkt und immer weitergemacht ...“

So beginnt das Buch von Lilly Haller: „Aus dem Herzen für die Seele“.

Es ist im ZIEL-Verlag erschienen und kann dort unter [www.ziel-verlag.de](http://www.ziel-verlag.de) bestellt werden.

Zusammengestellt von Margaretha Wachter, Gemeindereferentin

## Onkel Fips auf Urlaubsreise

Geht Onkel Fips auf Urlaubsreise,  
Dann macht er das auf seine Weise.  
Kein Flieger trägt ihn in die Ferne.  
Sein Landgasthof hat keine Sterne.  
Mit seinem Fahrrad fährt er los,  
Und der Erlebniswert ist groß.

Mit seiner Fotokamera  
Kommt er den Schmetterlingen nah.  
Ein Käfer krabbelt nebenan.  
Der hat es ihm gleich angetan.  
Die wunderbaren Orchideen  
Will er ganz aus der Nähe sehen.

Das macht ihn froh, schärft den Verstand.  
Fließt dann ein Bach am Wegesrand,  
Erfrischt er sich darin voll Wonne  
Und wärmt sich an der hellen Sonne.  
Sein Outfit, das ist sportlich, schlicht.  
Designerkram, den braucht er nicht.

Ja, die Natur, die ist für ihn  
Erlebnispark und Medizin.  
Die Wunder aller Jahreszeiten  
Können ihm ganz viel Glück bereiten.  
Kein Streik, kein Stau machen ihm Sorgen.  
Er lebt im Jetzt, fragt nicht nach morgen.

*Marianne Porsche-Rohrer*

## Reisegedanken

Eins, zwei, drei, im Sauseschritt  
läuft die Zeit, wir laufen mit.  
Schaffen, schuften, werden älter,  
träger, müder und auch kälter,  
bis auf einmal man erkennt,  
dass das Leben geht zu End'.

Viel zu spät begreifen viele  
die versäumten Lebensziele,  
Freunde, Schönheit der Natur,  
Gesundheit, Reisen und Kultur.  
Darum, Mensch, sei zeitig weise!  
Höchste Zeit ist's! Reise, reise!

*Wilhelm Busch (1832 - 1908)*



## Segelschiffe

Sie haben das mächtige Meer unterm Bauch  
Und über sich Wolken und Sterne.  
Sie lassen sich fahren vom himmlischen Hauch  
Mit Herrenblick in die Ferne.

Sie schaukeln kokett in des Schicksals Hand  
Wie trunkene Schmetterlinge.  
Aber sie tragen von Land zu Land  
Fürsorglich wertvolle Dinge.

Wie das im Winde liegt und sich wiegt,  
Tauweb überspannt durch die Wogen,  
Da ist eine Kunst, die friedlich siegt  
Und ihr Fleiß ist nicht verlogen.

Es rauscht wie Freiheit. Es riecht wie Welt. -  
Natur gewordene Planken  
Sind Segelschiffe. - Ihr Anblick erhellet  
Und weitert unsre Gedanken.

*Joachim Ringelnatz (1883 - 1934)*

## Das böhmische Dorf

Palmström reist, mit einem Herrn v. Korf,  
in ein sogenanntes böhmisches Dorf.

Unverständlich bleibt ihm alles dort,  
von dem ersten bis zum letzten Wort.

Auch v. Korf (der nur des Reimes wegen  
ihn begleitet) ist um Rat verlegen.

Doch just dieses macht ihn blass vor Glück.  
Tief entzückt kehrt unser Freund zurück.

Und er schreibt in seine Wochenchronik:  
Wieder ein Erlebnis, voll von Honig!

*Christian Morgenstern (1871 - 1914)*

## Ins Glück reisen - Sitztanz

Wo auch immer Ihre letzte Urlaubsreise hinging, ob Sie bereits jung viel und weit verreisen konnten oder später dann mit der eigenen Familie oder ob Sie eher mit dem Finger auf der Landkarte unterwegs waren, dieser Sitztanz möchte Sie auf „Eine Reise ins Glück“ mitnehmen.

Vielleicht kennen Sie die Komödie von 1958?

Lassen Sie sich mit dem gleichnamigen Schlager nach Italien ans Meer und ins Glück entführen: <https://www.youtube.com/watch?v=aGbHf6IC2d8>



**Ausgangsposition:** Sie sitzen auf einem Stuhl. Die Beine sind hüftbreit auf dem Boden abgestellt. Die Hände ruhen, Handfläche nach unten, auf den Oberschenkeln.

**Instrumental:** Rechte Schulter nach oben und unten; linke Schulter nach oben und unten, dreimal wiederholen

### Refrain:

bis „so sehr“

Beide Füße Hacke Spitze: zuerst Ferse anheben, dann abstellen  
 Anschließend Zehenspitzen nach oben strecken, wieder abstellen,  
 dreimal wiederholen

bis „mit dir“

Rechter Fuß Schritt nach rechts seitwärts und wieder zurück, gleichzeitig: rechte Hand und Arm öffnen sich nach rechts außen, wieder ablegen, Kopf dreht mit  
 Linker Fuß Schritt nach links seitwärts und wieder zurück, gleichzeitig: linke Hand und Arm öffnen sich nach links außen, wieder ablegen, Kopf dreht mit

bis „Meer“

Mit rechter Hand Wellenbewegungen nach links, wieder ablegen  
 Mit linker Hand Wellenbewegungen nach rechts, wieder ablegen

### Strophe:

bis „Strand“

Mit beiden Händen zweimal „Fensterputzen“:

Gegengleich kreisende Bewegungen vor dem Körper

bis „allein“

Beide Hände nach vorne ausstrecken, Handflächen zeigen nach oben  
 Hände vor der Brust verschränken und leicht schunkeln

bis „zu dir“

Zeigefinger an der Lippe: Oberkörper erst nach rechts und dann nach links drehen, dann wieder zur Mitte

bis „sein“

Beide Hände und Arme beschreiben in der Luft ein Herz.

bis „Küssen“

Mit rechtem Fuß Schritt nach rechts seitwärts und wieder zurück

Gleichzeitig: Rechte Hand und Arm öffnen sich nach rechts außen  
 Wieder ablegen, Kopf dreht mit

Mit linkem Fuß Schritt nach links seitwärts und wieder zurück

Gleichzeitig: Linke Hand und Arm öffnen sich nach links außen, wieder ablegen,  
 Kopf dreht mit

bis „mich“

Beide Schultern nach oben zucken

Beide Hände nach vorne ausstrecken, Handflächen zeigen nach oben

Hände vor Brust verschränken und leicht schunkeln

bis „dich“

Beide Hände beschreiben vor dem Körper eine Sonne

Dann: beide Hände wackeln wie Palmen im Wind

Zuletzt: beide Hände nach vorne ausstrecken, Handflächen zeigen nach oben

bis „Meer“

Wiederholung Refrain - anschließend schunkeln bis zum Liedende

*Anna Lottes, Pastoralreferentin*

## Fantasiereise: Wo ich schon immer mal sein wollte!

Meine Eltern konnten nicht viel verreisen. Der einzige gemeinsame Urlaub war die gewonnene Reise nach New York (siehe letzte Ausgabe). Meine Mutter sagte aber immer: „Ich verreise mit dem Finger auf der Landkarte und stelle mir dann das Land vor.“ So können wir auch immer in Gedanken in ein Land reisen, in dem wir schon immer sein wollten. Das muss es gar nicht wirklich geben. Wir müssen uns dort nur wohlfühlen. Auf dem Zahnarztstuhl, bei langen Wartezeiten oder ähnlichen Situationen ist dies ein entspannender Zeitvertreib. Die Übung kann mit offenen oder geschlossenen Augen durchgeführt werden.

Während der Reise erlaube ich mir, Sie mit „Du“ anzusprechen.

Atme in deinem Tempo durch die Nase ruhig ein und aus. Zähle dabei beim Einatmen „1“ - ausatmen, einatmen „2“ - ausatmen, ... bis „6“.

Atme zwischen den einzelnen Impulsen immer wieder ruhig mehrmals ein und aus (\*).

Wo möchtest du gerne sein? Am Meer, am Strand, am See, am Fluss, auf einem Boot, im Park, im Garten, in der Wüste, in den Bergen, in einer bestimmten Stadt, an einem bestimmten Ort ... (\*)

Stelle dir den Ort in deinen Gedanken so genau wie möglich vor. So als wenn du ein Bild von dem Ort malst. Was siehst du alles an diesem Ort? Welche Farben siehst du? (\*)

Kannst du an dem Ort etwas hören? (\*)

Kannst du an dem Ort etwas riechen? (\*)

Kannst du vielleicht auf deiner Zunge in Gedanken auch etwas schmecken? (\*)

Verbindest du mit dem Ort vielleicht auch schöne Erinnerungen? (\*)

Du bist jetzt an deinem Wunschort angekommen.

Du kannst dich dort ganz sicher fühlen.

Es ist dein Ort, der nur dir gehört. (\*)

Genieße es an deinem Platz zu sein. (\*)

Bevor du wieder in den Alltag zurückkehrst, bewege deine Zehen, deinen Körper, gähne und gehe dann beschwingt in den Tag hinein.

Vielleicht hast du ein Foto, das deinem Wunschort ähnelt? Hänge es an einen Platz, an dem du oft vorbeikommst. So kannst du immer wieder an deinen sicheren und schönen Ort erinnert werden.



*Margaretha Wachter, Gemeindereferentin*

## Meine biografische Reisekulinarik

Bestimmt kennen Sie die Witze über uns Deutsche und unsere Essgewohnheiten im Ausland. Viele wollen auch im Urlaub auf ihre Lieblingsspeisen nicht verzichten: auf Schnitzel mit Kartoffelsalat, auf Wurstsalat, auf Weißwurst mit Breze und und und ...

Ich liebe es, bei einem Auslandsaufenthalt oder auch in einer bestimmten Ecke unseres Heimatlandes, die landestypischen Spezialitäten auszuprobieren. Es käme für mich niemals in Frage, etwas zu essen, das ich auch im Alltag zu Hause essen könnte. Aber auch ich bin schon manchmal „eingegangen“ und habe etwas bestellt, das mir dann nicht so besonders gut geschmeckt hat. Aber - ich habe es wenigstens probiert ...

Kinder sind besonders gewohnheitsorientiert. Als unsere, inzwischen erwachsenen Kinder, noch klein waren, waren wir einmal in den Ferien am Gardasee. Mein Mann und ich freuten uns auf das tägliche Frühstücksbuffet, das man in der Regel ja nur im Urlaub so vorfindet.

Nicht so unsere Kinder: Ihnen war vollkommen egal, was es Leckeres gab. Täglich verspeisten sie Marmeladen- oder Nutellasemmeln oder ein Schokohörnchen. Anscheinend war das für sie das „Urlaubsgefühl“, denn zu Hause gab es das auch nur eingeschränkt.



Auch in einem Seniorenheim oder in einer Tageseinrichtung ist es, in Absprache mit der Küche möglich, sich an Kulinarisches im Urlaub zu erinnern.

Bitten Sie die Mitarbeiterinnen oder Mitarbeiter der Küche darum, urlaubstypische Speisen, bestimmte Nachspeisen oder Ähnliches auf den Speiseplan zu setzen.

Anschließend teilen Sie in der Gruppe Ihre Urlaubserinnerungen an die kulinarischen Köstlichkeiten, die Sie genießen konnten: „Mein Essen erinnerte mich an ..., schmeckte nach ..., roch nach ...“

Es entstehen bestimmt interessante Gespräche!

Den Nachmittag können Sie mit einer fitten Gruppe mit einem schriftlichen Spiel, der sogenannten 7-Minuten-Terrine“ (7 Minuten „drauf los schreiben“), abschließen.

Thema: „Meine schönste Urlaubserinnerung mit gutem Essen“.

Sie werden staunen, welche Erinnerungen die Seniorinnen und Senioren austauschen. Ihnen wird das Wasser im Mund zusammenlaufen!

*Rita Sieber, Gemeindereferentin*

## Meine Traum-Reise

Beantworten Sie diese Fragen in einem ruhigen Moment gern für sich und träumen Sie sich auf Reisen! Noch besser funktioniert dies, wenn Sie sich die Fragen mit ausreichend Pausen vorlesen lassen und dabei die Augen schließen.

(Diese Methode klappt auch wunderbar bei Gruppen mit Seniorinnen und Senioren).

- Wenn ich nur noch einmal verreisen könnte, wohin würde die Reise dann gehen?  
An einen mir schon bekannten Ort? Oder in eine ganz neue Gegend?
- Würde ich jemanden mitnehmen? Und wenn ja, wen? Oder lieber ganz allein verreisen?  
Oder mich sogar fremden Menschen, z. B. einer Reisegruppe, anschließen?
- Wie lange wäre ich dort?
- Was müsste ich einpacken? Wie viel Gepäck hätte ich dabei?
- Was dürfte auf gar keinen Fall fehlen?
- Und wie würde ich dorthin kommen? Beginnt die Reise schon mit dem Weg zum Flughafen?  
Nehme ich das Auto oder werde ich gefahren?
- Wie geht es mir, wenn ich mich auf den Weg zu meinem Reiseziel mache?  
Und während der Anreise?
- Wie fühle ich mich, wenn ich vor Ort ankomme?
- Was sind meine ersten Eindrücke?  
Was sehe ich? Was nehme ich wahr?
- Wie läuft dort mein typischer Tag ab?  
Wann stehe ich auf?  
Wie kleide ich mich? Was frühstücke ich?
- Wie verbringe ich dort die Zeit?
- Was unternehme ich?
- Welche Speisen esse ich?
- Und welche Getränke nehme ich zu mir?
- Wie endet dann ein typischer Tag?  
Wie verbringe ich die Stunden am Abend?
- Wie geht es mir am letzten Tag?
- Worauf blicke ich zurück?
- Was fühle ich bei der Abreise?
- Wie geht es mir, wenn ich wieder zurückkehre?
- Wovon würde ich erzählen?



Und wie geht es Ihnen jetzt, nachdem Sie diese gedankliche Reise unternommen haben?

Ich hoffe, diese Fragen konnten Sie einladen, ein bisschen zu träumen. Denn selbst wenn genau diese Reise so vielleicht niemals stattfinden wird, so war sie hoffentlich eine Chance, um in sich zu gehen und gleichzeitig in die Ferne zu schauen.

Jacqueline Seidel, [coaching-clou.de](http://coaching-clou.de)

## Demenz - Mensch sein und bleiben

Jeder Mensch hat individuelle Fähigkeiten, persönliche Interessen und einen Schatz an Lebenserfahrung. Wird die Diagnose „Demenz“ gestellt, dominiert oft die Annahme, dass die Betroffenen „verschwinden“, dass sie nichts mehr von ihrer Umwelt wahrnehmen. Diese Vorstellung ist falsch. Eine Demenzerkrankung verändert die Menschen. Die Krankheit nimmt ihnen nach und nach viele Dinge, die sie früher konnten und wussten. Doch der Mensch bleibt. Die Fähigkeit, Gefühle wie Freude, Angst und Schmerz zu empfinden, bleibt erhalten - bis zuletzt. Der Welt-Alzheimerstag 2025 steht unter dem Motto „Demenz - Mensch sein und bleiben“, um deutlich zu machen, dass Menschen mit Demenz nicht durch ihre Krankheit definiert werden, sondern weiterhin Teil der Gesellschaft sind - mit all ihren Stärken.

Je mehr Wissen, Verständnis, Mitgefühl und Unterstützung es im Umfeld des Menschen mit Demenz und seiner An- und Zugehörigen gibt, desto mehr kann die Erkrankung in den Hintergrund treten. Kompetenzen können sichtbar werden und den Betroffenen im Alltag Halt geboten werden. (Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. Selbsthilfe Demenz)



Das auf dieser Seite abgebildete Plakat können Sie unter <https://www.deutsche-alzheimer.de/ueberuns/welt-alzheimerstag> herunterladen. Ebenso können Sie dort auch Veranstaltungen eintragen.

Gedruckte Plakate können Sie kostenlos unter [info@deutsche-alzheimer.de](mailto:info@deutsche-alzheimer.de) bestellen.

Auch wenn Sie keine Veranstaltung für Ihre Pfarrgemeinde planen, hilft es schon mit Plakaten auf die Woche aufmerksam zu machen oder die Angebote Ihres Pflegestützpunktes oder Seniorenfachstelle zu bewerben.

### Mensch sein - Mensch bleiben

Ich weiß nicht, wie es sich anfühlt zu wissen,  
dass ich Stück um Stück von meinen Erinnerungen und Erfahrungen verlieren werde.  
Ich weiß nicht, wie es sich anfühlt zu wissen,  
dass ich irgendwann meine Menschen, die ich liebe, nicht mehr erkennen werde.  
Ich weiß nicht, wie es sich anfühlt,  
dass das, was ich jahrzehntelang unter vielen Anstrengungen gelernt habe,  
verschwinden wird.

Ich weiß aber, wie es sich anfühlt, ein Mensch zu sein:  
Gefühle, Wünsche,  
Träume, Bedürfnisse,  
Fähigkeiten, Würde  
zu haben.

Und ich weiß, dass egal welche Diagnose in meiner Krankenakte vielleicht einmal stehen wird:  
Ich werde immer ein Mensch sein.

*Margaretha Wachter, Gemeindereferentin*

In Bayern findet in der Woche der Demenz auch die 6. Bayerische Demenzwoche statt. Eine Übersicht der Veranstaltungen in Ihrem Umkreis können Sie unter <https://www.demenzwoche.bayern.de/> einsehen.

Dort können Sie auch Ihre Veranstaltungen eintragen.



## Veranstaltungshinweis

Begegnung und Kultur für demenziell Erkrankte und pflegende Angehörige

**Termin:** Samstag, 20. September, 14:30 Uhr - ca. 17:30 Uhr

**Ort:** Pfarrsaal St. Hedwig, Drosselweg 1, Kempten

Beginn mit Kaffee und Kuchen

Ab 16:00 Uhr Lesung mit

Peggy Elfmann, Gesundheitsjournalistin und

Buchautorin („Mamas Alzheimer und wir“)

Musikalische Umrahmung mit Trio „zeitlos“ aus Wertach

**Zielgruppe:** Betroffene und am Thema Interessierte

**Veranstalter:** Koordinationsbüro des Seniorenpolitischen Gesamtkonzepts der Stadt Kempten und ökumenische Altenheimseelsorge

## Kostenlos, rund um die Uhr und auf Wunsch anonym: Die Krisendienste Bayern sind für Sie da!

Wer immer für andere da ist, braucht auch mal Unterstützung. Ist die Verzweiflung groß, hilft ein Anruf bei den Krisendiensten Bayern. Unter der kostenlosen Nummer 0800 655 3000 leisten Fachkräfte an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr in mehr als 120 Sprachen telefonische Soforthilfe - auf Wunsch auch anonym. Wenn die telefonische Beratung nicht ausreicht, vermitteln die Krisendienste an die jeweils passende weiterführende Hilfe.



Doch manchmal können Krisen nur vor Ort gelöst werden: In besonders dringenden Fällen verständigt die Leitstelle mobile Teams, die in ganz Schwaben so schnell wie möglich überall dort sind, wo sie gebraucht werden.

Das Angebot richtet sich an alle Menschen, die selbst von einer Krise betroffen sind, sowie an Angehörige und andere Bezugspersonen. Auch Betreuerinnen und Betreuer, medizinische und psychotherapeutische Fachkräfte sowie Fachstellen, Behörden und Ehrenamtliche können sich an die Krisendienste Bayern wenden.



Die Leitstelle des Krisendienstes Schwaben finanziert der Freistaat Bayern. Die Kosten der mobilen Teams trägt der Bezirk Schwaben. Die Leitstelle in Augsburg betreiben die Bezirkskliniken Schwaben. Die mobilen Teams stellen die Caritas und die Diakonie.

Weitere Infos unter: [www.krisendienste.bayern](http://www.krisendienste.bayern)

Instagram: krisendienste\_bayern

*Bildunterschrift: Gero Smolinsky arbeitet für den Krisendienst Schwaben und hilft Menschen in Not.*

## Aktuelles aus unserem Fachbereich

### Veranstaltungen und Informationen der Altenseelsorge

#### Im Danken kommt Neues ins Leben hinein

Im Herbst dürfen wir die Fülle der Ernte genießen und dankbar auf das schauen, was die Erde und die menschliche Arbeit hervorgebracht haben. Erntedank ist ein altes Jahreszeitenfest. Im Kreistanz wollen wir die Fülle genießen und unsere Lebensfreude und die Dankbarkeit tanzen.

**Leitung:** Rita Sieber, Gemeindeferentin

**Referentin:** Michaela Schillinger, Dipl.-Psychologin, Tanzleiterin

**Termin:** 10.10.2025, 14:00 Uhr - 18:00 Uhr

**Ort:** Saal Evang. Kirchengemeinde, Immenstadt

**Kosten:** 20 € inkl. Kaffee und Kuchen

**Anmeldung bis** 26.09.2025 bei [altenseelsorge@bistum-augsburg.de](mailto:altenseelsorge@bistum-augsburg.de), Tel. 0821 3166-2222

[www.seniorenpastoral.de](http://www.seniorenpastoral.de)



#### LeA-Austauschtreffen - Eine Fortbildung für LeA-Kursleiter/innen, Gedächtnistrainer/innen und SIXTYfit®-Gruppenleiter/innen



Wir stellen Ihnen an diesem Nachmittag unter anderem neurokinetische Bewegungsübungen und Methoden zum Thema „Luft“ vor. Es gibt Informationen und Übungen zum Kursangebot „Lebenslang Aktiv“ und der Austausch kommt auch nicht zu kurz.

Gerne können Sie Arbeitsmaterialien aus Ihrem Fundus, die Sie den anderen vorstellen möchten, mitbringen. Arbeitsblätter, die für die anderen kopiert werden sollen, können Sie uns gerne im Vorfeld zukommen lassen.

Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Bildungswerk des KDFB Diözesanverbandes Augsburg e. V.

**Leitung:** Maria Hierl, Bildungsreferentin der Altenseelsorge, Paula Gomber, Bildungsreferentin KDFB Diözesanverband Augsburg e.V.

**Termin:** 24.10.2025, 14:00 Uhr - 17:00 Uhr

**Ort:** Haus Sankt Ulrich, Kappelberg 1, 86150 Augsburg

**Kosten:** 10 € inkl. Kaffee und Kuchen

**Anmeldung bis** 10.10.2025 bei [altenseelsorge@bistum-augsburg.de](mailto:altenseelsorge@bistum-augsburg.de), Tel. 0821 3166-2222

[www.seniorenpastoral.de](http://www.seniorenpastoral.de)

#### Jahrestreffen Arbeitsgruppe Biografiearbeit

An diesem Abend steht der Austausch im Vordergrund. Biografiearbeiterinnen und -arbeiter, aber auch Interessierte, haben die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen, neue Methoden auszutauschen und Erfahrungen weiterzugeben.

**Leitung:** Rita Sieber, Gemeindeferentin

**Termin:** 24.10.2025, 18:00 Uhr - 21:00 Uhr

**Ort:** Haus Sankt Ulrich, Kappelberg 1, 86150 Augsburg

**Kosten:** 10 € inkl. kleiner Brotzeit

**Anmeldung bis** 10.10.2025 bei [altenseelsorge@bistum-augsburg.de](mailto:altenseelsorge@bistum-augsburg.de), Tel. 0821 3166-2222

[www.seniorenpastoral.de](http://www.seniorenpastoral.de)

## Advent in Augsburg - Thema: Abenteuer

### Tage der Besinnung und Begegnung mit dem Team der Altenseelsorge

Sie möchten ganz bewusst in den Advent starten? Dann melden Sie sich für die Besinnungstage in Augsburg an, die dieses Jahr unter dem Motto „Abenteuer“ stehen. Gemeinsam beginnen wir den Advent mit geistlichen Impulsen, Musik und Tänzchen, mit Austausch und Geselligkeit.

Für den Kurs gibt es eine Teilnehmerbegrenzung.

**Leitung:** Team der Altenseelsorge

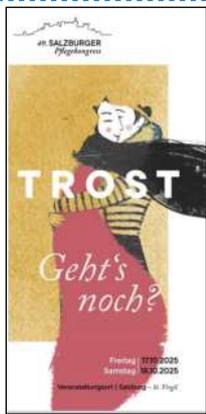
**Termin:** 01.12.2025, 14:00 Uhr bis Mittwoch, 03.12.2025, 13:00 Uhr

**Ort:** Haus Sankt Ulrich, Kappelberg 1, 86150 Augsburg

**Kosten:** 205 € mit Übernachtung und Verpflegung

**Anmeldung bis 15.08.2025** bei [altenseelsorge@bistum-augsburg.de](mailto:altenseelsorge@bistum-augsburg.de), Tel. 0821 3166-2222

[www.seniorenpastoral.de](http://www.seniorenpastoral.de)



## Salzburger Pflegekongress 2025: TROST - Geht's noch?

**Termin:** 17.10.2025 bis 18.10.2025

**Nähere Informationen unter:**

<https://bistum-augsburg.de/Seelsorge-in-den-Generationen/Altenseelsorge/Veranstaltungen/49.-Salzburger-Pflegekongress>

## Wann wird's mal wieder richtig Zukunft

Ein Seminar für Männer im Ruhestand  
Der Blick auf die Welt und auf die vielen Krisen baut nicht gerade auf. „Wann wird's mal wieder richtig Zukunft?“ fragen wir uns da schnell. Natürlich können wir sorgenvoll darauf warten, bis alles besser wird. Oder wir bauen selber daran und versuchen, die kleinen Pflänzchen der Hoffnung zu entdecken. Wo bist du da gerade dran? Was macht dir Hoffnung? Wo baust du Zukunft?

**Leitung:** Hans Gilg, Betriebsseelsorger

**Termin:** 17.11.25, 15:00 Uhr - 19.11.2025, 13:30 Uhr

**Ort:** Exerzitienhaus St. Paulus in Leitershofen, Krippackerstr. 6, 86391 Stadtbergen

**Kosten:** 150 €; 120 € Mitglieder

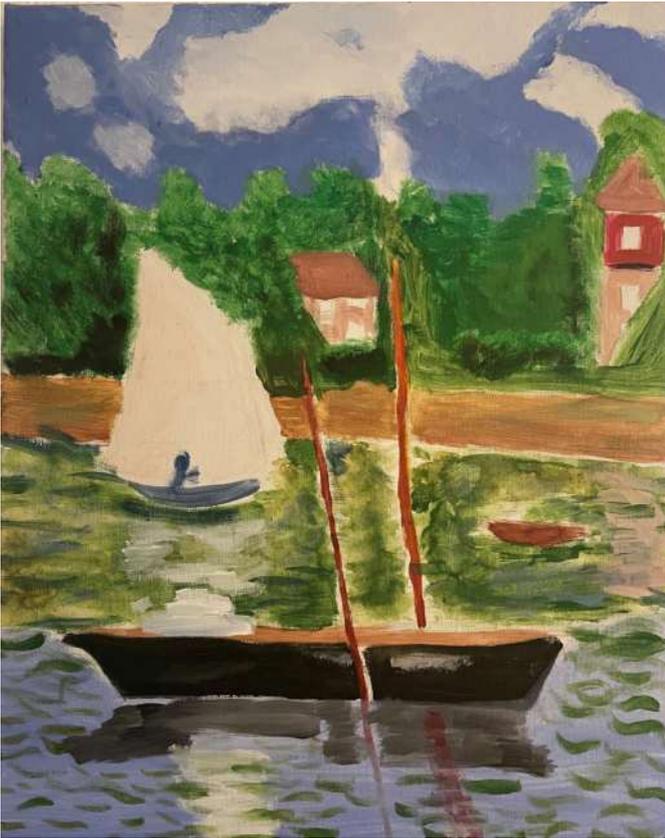
**Nähere Informationen:**

KAB-Bildungswerk Diözese Augsburg e. V.

**Anmeldung:** [anmeldung@kab-augsburg.org](mailto:anmeldung@kab-augsburg.org), 0821 3166-3515, [www.bildungswerk.kab-augsburg.org](http://www.bildungswerk.kab-augsburg.org)

## Auflösung Fehlerbild auf Seite 20

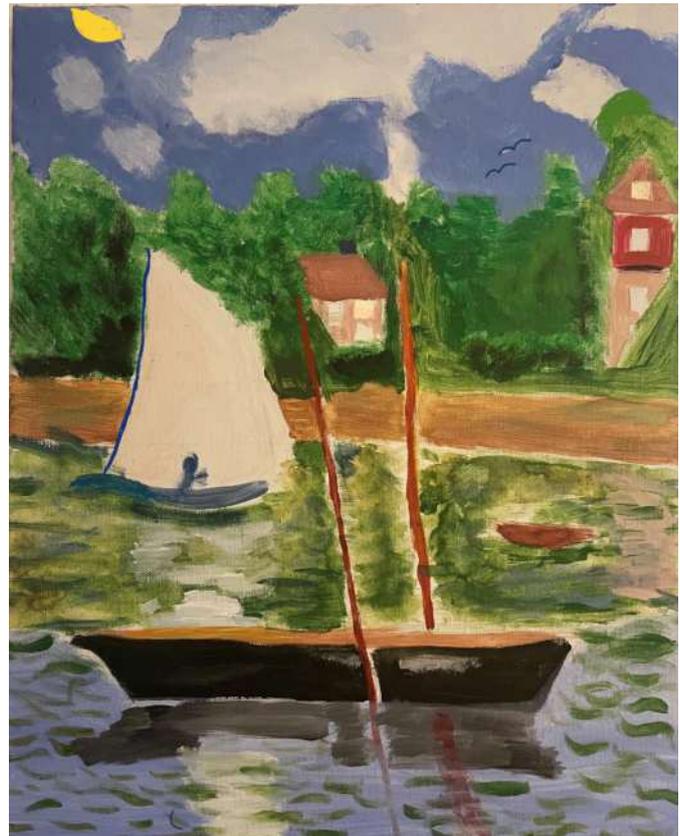




## Fehlerbild

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

Die Lösung finden Sie auf Seite 19.  
 Viel Spaß beim Suchen!



Gerne können Sie die Beiträge auch in eigenen nichtkommerziellen Publikationen verwenden - aber bitte **immer** mit Angabe der Verfasserin oder des Verfassers. Zum Beispiel:  
 Maria Hierl, in: Miteinander auf dem Weg, Nr. 49 - 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](mailto:altenseelsorge@bistum-augsburg.de)

Internet: [www.seniorenpastoral.de](http://www.seniorenpastoral.de)

Facebook: [www.facebook.com/Seniorenpastoral](http://www.facebook.com/Seniorenpastoral)



### Bildnachweise:

Robert Ischwang (1, 19); Maria Hierl (3, 4, 6, 8, 11, 15);  
 Barbara Kugelmann (5, 6); Ziel Verlag (10); Kerstin Dupont, in:  
 Pfarrbriefservice.de (12); Margaretha Wachter (13);  
 Benedikt Sieber (14); [www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de) (16);  
[www.bayerische-demenzwoche.de](http://www.bayerische-demenzwoche.de) (17); Sebastian Blum (17);  
 Krisendienste Bayern (17); Rita Sieber (18); Anna Lottes (18);  
 Lukas Reinold (19, 20)

### Impressum

**Druckausgabe:** Gemeindebriefdruckerei, Eichenring 15 a,  
 29393 Groß Oesingen

**Herausgeber:** Altenseelsorge

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