



Diözese Eichstätt (KdöR), Postfach 1354, 85067 Eichstätt

An
Verantwortliche für Seniorenarbeit
in Pfarreien, Pfarrgemeinderäten Verbänden und Institutionen
im Bereich der Diözese Eichstätt

17. September 2020

An Interessenten /-innen

Angebote und Informationen der Seniorenpastoral im Herbst und Winter 2020/2021

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe in der Arbeit mit älteren Menschen Engagierte!

Nichts ist es mehr mit einem so leicht dahingeschriebenen Einleitungssatz à la "Wie alle Jahre um diese Zeit ...": Die Corona-Pandemie hat im letzten halben Jahr fast alle Planungen über den Haufen geworfen und viele Änderungen erzwungen - und wird das wohl auch auf absehbare Zeit noch weiter tun - aber das brauchen wir Ihnen ja nicht zu erzählen: Gerade Senioren und alle, die im privaten oder beruflichen Zusammenhang mit älteren Menschen zu tun haben, gehören ja zu der am stärksten und am längsten von Corona betroffenen und beeinträchtigten Gruppe!

- Vieles haben Angehörige, Ehrenamtliche und die hauptberuflich in der Pflege Tätigen mit Kreativität und enormem Einsatz auszugleichen versucht, haben alternative Lösungen entwickelt und so etwas wie einen "Notbetrieb" aufrecht erhalten - damit eben die notwendig gewordene körperliche Distanz nicht zwangsläufig soziale Distanzierung und Isolierung bedeutete.
- Vieles wurde ins Internet verlagert ... und manches wird vielleicht auch dort "bleiben". Aber nicht alles lässt sich sinnvoll ins Internet verlagern! Wir alle haben in dieser Zeit schmerzlich gespürt, dass räumliche Nähe und Zuwendung auf Dauer eben nicht so einfach ersetzbar sind.

Nichtsdestotrotz erhalten Sie wie alle Jahre um diese Zeit hiermit den Rundbrief mit einigen Informationen und Hinweisen zu Angeboten der Seniorenpastoral im Bistum für Herbst und Winter 2020/2021. Nachdem die weitaus meisten diese Informationen per E-Mail erhalten, sind in der Regel nur noch die Verweise auf die entspr. Internetseiten aufgeführt.

⇒ *Empfänger der "Papierversion" bitte ggf. **die entspr. Kontaktdaten bei uns erfragen.***

⇒ *Wir schicken Ihnen auf Wunsch gerne auch entspr. Informationen und Prospekte zu!*

- ⇒ *Wir freuen uns aber auch, wenn Sie uns eine E-Mail-Adresse melden, unter der wir Ihnen in Zukunft Informationen zukommen lassen können.
Vieles kann so schneller, einfacher und eben kostenlos verschickt werden.*
- ⇒ *Einladungen und Informationen bitte ggf. an Zuständige / Interessierte weitergeben; dazu erhalten Sie auf Wunsch gerne **weitere Programmhefte und Faltblätter zugeschickt.***
- ⇒ *Falls Sie am Programmheft / an den Informationen **nicht mehr interessiert sind**, bitte mitteilen - am besten ggf. mit der Adresse des Nachfolgers / der Nachfolgerin.*

A) Kurse der Seniorenpastoral / Altenbildung im Bistum Okt. 2020 bis Jan. 2021

Auch wenn es derzeit noch ziemlich unsicher ist, ob, wie und in welchem Umfang im Herbst und Winter Veranstaltungen durchgeführt werden können: "Vorsichtshalber" haben wir zumindest mal ein Kursangebot organisiert, das wir auch unter den derzeit geltenden Bedingungen durchführen können - wenn auch u. U mit eingeschränkter Teilnehmerzahl usw.:

- Die seit März ausgefallenen Kurse bieten wir nochmals an - und zwar jeweils am gleichen Ort; wo immer möglich sogar am gleichen Wochentag.
 - Dazu kommen noch vier Kurse, die bereits langfristig geplant waren: "Grips-Gymnastik" am 13. Okt., "Rituale" am 17. Okt. und Baustein 2 des Lehrgangs "Tanzen im Sitzen" am Fr. 23. und Sa. 24. Okt. sowie ein Oasentag "Licht" am 12. November.
 - Kurzfristig haben wir noch einen Online-Kurs ins Programm genommen: **"Was Männer mögen ..."** **Aktivierungsangebote für das 'starke Geschlecht' an zwei halben Tagen am Fr. 9. und Sa. 10. Oktober 2020.** Selbst wenn alle anderen Kurse abgesagt werden müssen, hätten wir damit zumindest eine "sichere Bank". Die max. Teilnehmerzahl liegt bei 20.
- ⇒ *Wegen des hohen Ausfallrisikos haben wir ausnahmsweise keine (teuren) Faltblätter gedruckt, sondern stellen diese nur auf der Homepage zum Download bereit:
<http://www.bistum-eichstaett.de/altenarbeit/termine/>*
- ⇒ *Das Kursangebot finden Sie aber wie immer im beiliegenden Programmheft des Diözesanbildungswerks der Kath. Erwachsenenbildung (KEB) im Bistum*
- ⇒ *Zudem liegt eine Terminübersicht bei.*

B) Angebote und Veranstaltungen anderer Träger

Auf einige aktuelle Angebote anderer Träger in nächster Zeit möchten wir noch hinweisen:

23.09.: Online-Vortrag von Prof. Dr. Reimer Gronemeyer "Altwerden in Zeiten der Krise"
Das "Brucker Forum" - die Kath. Erwachsenenbildung im Lkr. Fürstentfeldbruck bietet am Mi. 23. Sept. von 19:30 - 21 Uhr einen Online-Vortrag von Prof. Dr. Reimer Gronemeyer an zum Thema "Altwerden in Zeiten der Krise", in dem er die Folgen von Corona für alte Menschen im Spannungsfeld von Schutzmaßnahmen und seelischer Gesundheit beleuchtet.

⇒ *Informationen und Anmeldung: <https://kurzelinks.de/3dqw>*

11.10.: Tag für Großeltern und ihre Enkelkinder im Canisiushof bei Kösching

Am Sonntag, den 11. Okt. (das ist auch der neue "Bayerische Großelternstag") ist im Schönstattzentrum am Canisiushof bei Kösching wieder der Tag für Großeltern und ihre Enkelkinder unter dem Motto "Wenn es drunter und drüber geht". Veranstalter ist das

Schönstattzentrum beim Canisiushof in Kooperation mit den Referaten "Ehe und Familie" und "Seniorenpastoral".

Ab 15.10: Fortbildung zum biografischen Arbeiten (Petersberg bei Dachau)

Von Okt. 2020 bis Juli 2021 wird an der KLVHS Petersberg (bei Dachau) eine zertifizierte Fortbildung zum biografischen Arbeiten angeboten. Sie umfasst 6 Module, je von Do. 14 bis Fr. 16 Uhr und wird auch digital ausgearbeitet, so dass die Kursteile **in jedem Fall stattfinden** können.

⇒ *Faltblatt: https://domberg-akademie.de/fileadmin/user_upload/PDF_Dokumente/2020-21_DA_UEbersicht_LebensMutig_final_digital.pdf*

Ab 17.10.: "Jung lehrt Alt" Nachmittage zu Fragen rund um Smartphone und Tablet (Kolping)

An einem Nachmittag werden in kleinen Gruppen konkrete Fragen rund um Smartphone und Tablet auf verständliche und einfache Weise durch Referenten der Kolpingjugend beantwortet:

⇒ *Sa. 17.10.2020 14:00 bis 16:30 Uhr in **Herrieden**. Nähere Informationen:*

<https://www.kolpingwerk-eichstaett.de/termine/detail?id=384>

⇒ *Sa. 08.05.2021 14:00 bis 16:30 Uhr in **Neumarkt**. Nähere Informationen:*

<https://www.kolpingwerk-eichstaett.de/termine/detail?id=429>

07.11.: Kurs "Beschäftigungsmaterial einfach selbst herstellen" in Pappenheim

Im Evangelischen Bildungs- und Tagungszentrum Pappenheim ist am **Sa. 7. Nov.** ein Seminar "Beschäftigungsmaterial einfach selbst herstellen" mit Sybille Lichti als Referentin (den gleichen Kurs gab es bei uns bereits im Nov. 2018). Es gibt praktische Anregungen, wie Beschäftigungsmaterial aus Alltagsgegenständen einfach und preisgünstig selbst hergestellt werden kann. Außerdem werden Kurzgeschichten und einige Entspannungsübungen für das eigene Wohlergehen im Betreuungsalltag vorgestellt. Weitere Informationen und Anmeldung:

⇒ *<https://www.ebz-pappenheim.de/seminar/fortbildung-engagement-im-altenheim-beschaeftigungsmaterial-einfach-selbst-herstellen-ansprechende-kurzgeschichten-und-entspannung-im-betreuungsalltag/>*

Ab 23.12.: Seniorenerholung der Caritas über Weihnachten und Neujahr in der Rhön

Coronabedingt mussten die Seniorenerholungen der Caritas-Kreisstellen im Bistum bis Juli abgesagt werden; eine einzige konnte Mitte September stattfinden. Nach derzeitigem Stand stattfinden kann die der Caritas-Kreisstelle Roth über Weihnachten und Neujahr in Bad Bocklet in der Rhön (Mi. 23. Dez. 2020 - Fr. 1. Jan. 2021). Sie ist für alle Interessierten im Bistum Eichstätt offen. Erfahrene Betreuerinnen und Betreuer kümmern sich um alles, sorgen für Freizeitangebote und organisieren Ausflüge. Information und Anmeldung:

⇒ *Caritas-Kreisstelle Roth (Tel. 09171/8408-0) oder online: <https://www.caritas-kreisstellen.de/beratung-und-hilfe/freizeiten-und-erholungen/seniorenerholung/seniorenerholung>*

C) Aktionen und Projekte

Nationale Demenzstrategie verabschiedet - auch die Kirchen verpflichten sich

Am 1. Juli 2020 hat die Bundesregierung diese Strategie unter Mitwirkung von 3 Ministerien und in Zusammenarbeit verschiedener Akteure aus der Zivilgesellschaft beschlossen - hier der Text:

⇒ *<https://www.nationale-demenzstrategie.de/>*

Der kirchliche Schwerpunkt findet sich unter Kapitel 1.6 "Spirituelle und religiöse Unterstützung für Menschen mit Demenz": Die Kirchen in Deutschland verpflichten sich darin, die Strategie und damit konkret die **Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen mit spirituellen und religiösen Angeboten (und einen vereinfachten Zugang zu diesen Angeboten) zu unterstützen**.

⇒ *Wenn Sie an Projekten zum Thema Demenz beteiligt sind, freuen wir uns, wenn Sie uns diese mitteilen.*

Die Auftaktveranstaltung mit den drei MinisterInnen am 23. Sept. von 12:30 - 14:00 Uhr wird live übertragen.

⇒ *Anmeldung: <https://bmfsfj-veranstaltungen.bafza.de/start-der-nationalen-demenz-strategie/>*

Demenzbrief der Altenseelsorge Augsburg zur Welt-Alzheimerwoche vom 21. - 27.09.

Die KollegInnen der Altenseelsorge der Diözese Augsburg haben zur Welt-Alzheimerwoche (Mo. 21. - So. 27. Sept.) einen 24-seitigen(!) "Demenzbrief" erarbeitet. Mit Texten und Anregungen will er dazu motivieren und beitragen, einer besonders schwer von den Corona-Einschränkungen betroffenen Gruppe "Gehör zu verschaffen", um die es sehr still geworden ist: Menschen mit Demenz - und damit auch ihren Angehörigen, ihren BegleiterInnen und ihren Pflegekräften.

⇒ https://bistum-augsburg.de/Seelsorge-in-den-Generationen/Altenseelsorge/Aktuelles/Demenzbrief-der-Altenseelsorge-zur-Welt-Alzheimerwoche-vom-21.-27.09.2020_id_0

D) Materialien, Informationen und Ideen

Mit etlichen Rundmails seit März haben wir von der Diözesanstelle aus versucht, Ihnen die vielen verschiedenen Ideen, Materialien und Erfahrungen zugänglich zu machen, die in der Zeit der Corona-Pandemie von vielen fleißigen Kolleg*innen erstellt und ausprobiert wurden und die Sie vielleicht ermutigt haben, das eine oder andere selber auszuprobieren.

Das musste sich aber aus nachvollziehbaren Gründen (Kosten, Aufwand, die schiere Masse des Materials) auf E-Mails beschränken, so dass viele von Ihnen - die reinen "Briefempfänger" - davon gar nichts mitbekommen haben dürften. Eigentlich sehr schade, weil da wirklich eine Menge an wahren Schätzen dabei war - z. T. auch sehr umfangreiche wie z. B. die wöchentlichen Impulshefte "Miteinander durch die Krise" der Augsburger KollegInnen, die auf je 24 Seiten (!) 19 Wochen lang (!) jeden Donnerstag geistliche Impulse, Gebete, Anregungen zu Gedächtnistraining, Bewegung und vieles mehr für alle Bereiche der Seniorenarbeit zusammengestellt haben.

⇒ *Einige weniger umfangreiche haben wir Ihnen beigelegt: Leitfaden "Telefonate ins Pflegeheim" (Amt für Gemeindedienst-Altenheimseelsorge der Evang.-Luth. Kirche in Bayern) / Beschäftigungstipps für Senioren (Diözesan Caritasverband Würzburg) / Ideen für Telefongespräche mit älteren Menschen (Seniorenamt Nürnberg) / Anregungen Gedächtnistraining Coronaferien (Eva Maria Bald) / Corona-Empfehlungen Seniorenpastoral (Erzdiözese Wien).*

⇒ *Die umfangreicheren können Sie sich z. B. im Pfarrbüro (oder bei einem anderen Träger mit Internetzugang) anschauen bzw. zeigen und ggf. ausdrucken lassen **die Links dazu finden sich in den Rundmails seit März bzw. in den Dateianhängen:***
<https://www.bistum-eichstaett.de/altenarbeit/informationen/>

Umgekehrt haben wir auch zahlreiche ermutigende Rückmeldungen über solche Aktivitäten erhalten - und freuen uns auch weiterhin über all das, was Sie uns über Ihre "Gehversuche" in der Seniorenarbeit unter den Bedingungen der Corona-Pandemie zukommen lassen!

Vorschlag für einen Seniorennachmittag während Corona im Kirchenraum samt Brief

Regine Schneider hat einen kompletten Vorschlag ausgearbeitet, wie Sie mit Ihrer Seniorengruppe einen Wiedereinstieg in die Treffen ankündigen und im Herbst durchführen können

- *Ein Anschreiben als Ankündigung; dazu 3 Seiten "Aufheiterndes"*
- *Ein "Seniorennachmittag während der Corona-Zeit" im Kirchenraum im September zum Thema "Ein Schatz aus dem Erntekorb: Der Apfel" (siehe Anlagen).*

Rosenkranz-Andacht zu den Sieben Schmerzen Mariens

Kollegin Teresa Loichen vom Referat Lebensschutz hat eine Rosenkranzandacht zu den Sieben Schmerzen Mariens ausgearbeitet, wie Sie ihn mit Ihrer Seniorengruppe z. B. im Oktober feiern können. Mit je sieben Ave Maria zu drei (der eigentlich 7 sieben) Biten ist er etwas positiver formuliert als die traditionelle Weise; er kann vielleicht dabei helfen, angesichts von altem oder auch neuem Schmerz Trost zu schöpfen. Regine Schneider hat ergänzend dazu meditative Fotos und kurze Sprechertexte zu den Fotos zusammengestellt (siehe Anlagen).

Ausflugsziele im Bayerischen Wald

Auf diesen zwei Webseiten sind Ausflugsziele im Bayerischen Wald zusammengestellt, die sich speziell für Senioren und Seniorengruppen eignen:

- ⇒ <https://www.bayerischer-wald-ferien.de/tagesausflugsziele-senioren-niederbayern.html>
- ⇒ <https://www.bayrischewald.de/seniorenausflugsziele-bayern-tagesausflug.html>

Wegweiser durch die digitale Welt - für älterer Bürgerinnen und Bürger

Momentan vielleicht aktueller denn je: Die Broschüre "Wegweiser durch die digitale Welt - für älterer Bürgerinnen und Bürger" kann in kleiner Anzahl kostenlos bestellt oder als pdf-Datei herunter geladen werden:

- ⇒ <https://www.bundesregierung.de/breg-de/service/publikationen?query=Wegweiser%20durch%20die%20digitale%20Welt>

8. Altersbericht der Bundesregierung verabschiedet: "Ältere Menschen und Digitalisierung"

Vor kurzem hat das Bundeskabinett den 8. Altersbericht der Bundesregierung verabschiedet - zum Thema "Ältere Menschen und Digitalisierung": *"Die Erkenntnisse und Empfehlungen der Berichtskommission zu älteren Menschen und Digitalisierung erhalten durch die Corona-Pandemie eine besondere Relevanz. Denn viele ältere Menschen haben in der Zeit der Kontakt- und Ausgangsbeschränkungen erkannt, welche Möglichkeiten digitale Kommunikations- und Informationstechnologien bieten. Auf der anderen Seite gilt aber auch: Wer keine Möglichkeit zur Nutzung digitaler Medien hat, für den kann sich die soziale Isolation verstärken."*

- ⇒ Näheres siehe www.bmfsfj.de/altersbericht und <https://www.achter-altersbericht.de/bericht> - dort findet sich auch der gesamte 8. Altersbericht (Bundestagsdrucksache)
- ⇒ Lesbarer ist die Kurzfassung (Broschüre) "Digitalisierung als Chance für ein selbstbestimmtes Leben" mit Erkenntnissen und Empfehlungen: <https://www.achter-altersbericht.de/fileadmin/altersbericht/pdf/Broschuere-Achter-Altersbericht.pdf>

Schluss - Punkt

Als Schluss-Punkt heute ein Satz von dem in der Jugendforschung tätigen Sozialwissenschaftler und Unternehmensberater Bernhard Heinzlmaier:

*"Viele Junge sehnen sich heute mehr nach einem Gestern, das es nie gab,
als es die Alten tun, die sich noch daran erinnern können, was falsch gelaufen ist.
Das muss man durchbrechen und nicht durch Gegensätze anheizen.
Risiken sollen nicht verhindert, aber abschätzbarer werden -
Zukunft braucht auch kalkuliertes Risiko,
eine Form von Sicherheit, die die Angst vor dem Ungewissen reduziert.
Junge und Alte wollen in einer Welt leben,
in der man sich nicht vorm Morgen fürchten muss,
sondern weiß, dass wir alles tun, damit es besser wird."*

[zitiert nach: Lotter, Wolf; Generationsfragen in: brand1, Sept. 2020 - <https://flip.it/GbKiyy>]

Eine hoffnungsvollen Aufbruch und Einstieg in das neue Seniorenarbeits-Jahr,
in dem sich unsere Angst vor dem Ungewissen reduziert, wünschen Ihnen

Ihre



Michael Schmidpeter
Referent für Seniorenpastoral im Bistum Eichstätt



Regine Schneider
Referentin für Seniorenpastoral im Bistum Eichstätt
Referentin für Altenheimseelsorge im Dekanat Neumarkt