

Leseprobe

Andrea Erkert
Im vertrauten Kreis durch das Kirchenjahr

Leseprobe

Andrea Erkert

Im vertrauten Kreis durch das Kirchenjahr

Praxisentwürfe für die Seniorenarbeit

Leseprobe

Die Bibelstellen sind entnommen aus:

Lutherbibel, revidierte Fassung 1912 Edition © 1999, 2018 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (Luther 1912)

Die Bibelstellen sind der Übersetzung Hoffnung für alle® entnommen.
Copyright © 1983, 1996, 2002 by Biblica Inc.®. Verwendet mit freundlicher Genehmigung von 'fontis – Brunnen Basel. Alle weiteren Rechte weltweit vorbehalten. (HFA)

Bibeltext der Neuen Genfer Übersetzung - Neues Testament und Psalmen.
Copyright © 2011 Genfer Bibelgesellschaft. Wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung. Alle Rechte vorbehalten. (NGÜ)

Bibeltext der Schlachter.
Copyright © 2000 Genfer Bibelgesellschaft.
Wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung. Alle Rechte vorbehalten. (SLT)



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2023 Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH, Neukirchen-Vluyn
Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Jens Vogelsang, Aachen,
unter Verwendung der Bildern von stock.adobe.com: © TALVA, © Зоряна Васильцова,

© timonko, © SkyLine, © shutterstock.com: © x.designer

Lektorat: Viktoria Tersteegen

DTP: Burkhard Lieverkus

Verwendete Schrift: Chapparral, Myriad

Gesamtherstellung: CPI books, Ebner & Spiegel, Ulm

Printed in Germany

ISBN 978-3-7615-6941-2

www.neukirchener-verlage.de

Inhalt

Vorwort	7
Zu den Praxisideen	10
Gott heißt uns willkommen	13
<i>Servus, Grüß Gott & Hallo! – Gemeinsam anfangen</i>	
Warten auf das Christkind	29
<i>Die Adventszeit entdecken & erleben</i>	
Der Stern von Betlehem	49
<i>Die Geburt von Jesus Christus feiern</i>	
Auferstehung Jesus Christi	63
<i>Vom Palmsonntag bis Ostermontag – Eine biblische Klangreise</i>	
Gott für die Ernte danken	81
<i>Miteinander das Erntedankfest feiern</i>	
Sankt Martin – Es werde Licht!	97
<i>Teilen und Nächstenliebe – Die Geschichte von Sankt Martin</i>	

Allerheiligen, Allerseelen und Ewigkeitssonntag 115

Was ich dir noch sagen möchte – Trauer, Hoffnung und Zuversicht

Segenswünsche zum Abschied 135

Bibelverse, Sprüche, Dankgebete & Co. – Bis zum nächsten Mal

Anhang

Register 153

Fachliteratur. 157

Die Autorin 160

Vorwort

Das Kirchenjahr beginnt am ersten Adventssonntag (erster Sonntag nach dem 26. November) voller Erwartung des Erlösers im Advent und endet am letzten Sonntag vor dem Advent: bei den Katholiken mit dem Christkönigssonntag und bei den evangelischen Kirchen mit dem Ewigkeitssonntag (Totensonntag). Es enthält zwei große Festkreise (Weihnachts- und Osterkreis), die in der katholischen und evangelischen Kirche übereinstimmen. Darüber hinaus gibt es weitere Feste und Gedenktage, an denen sich auch jeder Gottesdienst unter anderem durch die Auswahl der Kirchenlieder und biblischen Texte orientiert. Auch die liturgischen Farben der Messgewänder und Antependien sind nicht beliebig, sondern wechseln im Laufe des Kirchenjahrs. Sie erinnern uns an das Leben, Sterben und Auferstehen Jesus Christus.

Im Laufe eines Kirchenjahrs gibt es sehr viele Fest- und Feiertage, wobei sich beide Konfessionen die wichtigsten davon teilen. Es gibt aber auch christliche Feste und Feiertage, die selbst für Andersgläubige oder nicht religiöse Menschen bedeutsam sein können. Dazu gehört zum Beispiel Allerheiligen, das allen Heiligen gewidmet ist und zu den hohen Feiertagen der katholischen Kirche gehört. Dennoch besuchen gerade auch an diesem Tag viele Menschen, die nicht der katholischen Kirche angehören, die Gräber ihrer Verstorbenen, derer an Allerseele gedacht wird.

Der vorliegende Praxisbegleiter enthält abwechslungsreiche Praxisentwürfe zu den bekannten christlichen Festen und Feiertagen, die jährlich wiederkommen und so groß gefeiert werden, dass diese selbst für nichtgläubige Menschen bedeutsam sein können.

Im ersten Kapitel **„Gott heißt uns willkommen“** finden Sie zahlreiche Praxisideen, die das Ankommen, Kennenlernen und Orientieren geradezu leicht machen. Sie fördern die positive Stimmung der Teilnehmer:innen und machen mehr als deutlich, dass bei Gott alle herzlich willkommen sind.

Das zweite Kapitel **„Warten auf das Christkind“** startet mit dem Beginn des neuen Kirchenjahrs. Es enthält jede Menge Praxisideen für die vierwöchige Vorbereitungszeit auf das Weihnachtsfest, bei der die Teilnehmer:innen auf vielfältige Weise den wahren Grund für Weihnachten entdecken und erleben können.

Im dritten Kapitel **„Der Stern von Bethlehem“** geht es um den Heiligen Abend – Die Weihnachtsgeschichte. Es wird gezeigt, wie ältere Menschen, die in Seniorenheimen oder einfach alleine leben, mit anderen auf höchst vielfältige Weise Gemeinschaft erleben und voller Freude Weihnachten feiern können.

Das vierte Kapitel **„Auferstehung Jesu Christi“** widmet sich der Karwoche von Palmsonntag bis Ostermontag. Die Teilnehmer:innen beschäftigen sich mit dem Einzug Jesu in Jerusalem bis hin zur Kreuzigung und Auferstehung von Jesus Christus. Darüber hinaus werden christliche Symbole und Bräuche an Ostern wiederentdeckt, die so manche schöne Erinnerung wecken.

Im fünften Kapitel **„Gott für die Ernte danken“** tauschen sich die Teilnehmer:innen darüber aus, wie sie früher Erntedank gefeiert haben und welche Bräuche sie dazu kennen. Nicht zuletzt wird gezeigt, wie sie Sachen teilen, Erntedank feiern und innehalten und Gott, dem

Schöpfer, nicht nur, aber auch für die Ernte im vergangenen Jahr danken können.

Das sechste Kapitel „**Sankt Martin – Es werde Licht!**“ hält jede Menge Praxisideen zum Sankt-Martins-Fest bereit. Die Teilnehmer:innen erinnern sich an die Legende vom Heiligen Martin, bei der wohl die Überlieferung der Mantelteilung seine bekannteste Tat ist. Neben den schönen Bräuchen zu Sankt Martin wird den Teilnehmer:innen bewusst gemacht, wie wichtig gerade auch in der heutigen Zeit das Teilen und Helfen ist.

Im siebten Kapitel „**Allerheiligen, Allerseelen und Ewigkeitssonntag**“ geht es um deren Ursprung, Bedeutung und Bräuche. Zudem werden Rituale zum Abschied und zur Erinnerung an geliebte Menschen vorgestellt. Darüber hinaus wird den Senior:innen anschaulich gezeigt, was sie tun können, wenn sie aus irgendwelchen Gründen nicht den Friedhof besuchen können oder wollen.

Das achte Kapitel beinhaltet „**Segenswünsche zum Abschied**“. Damit sind jedoch nicht nur die lieben Wünsche für Verstorbene gemeint. Vielmehr sollen die Teilnehmer:innen sich gegenseitig einen Segen zusprechen und somit auch ihrem Gegenüber etwas Gutes mit auf dem Weg geben. Auf diese Weise werden noch weitere Möglichkeiten vorgestellt, um miteinander ein christliches Fest oder einen christlichen Feiertag besonders harmonisch ausklingen zu lassen.

Zu den Praxisideen

Die Praxisideen aus diesem wertvollen Praxisbegleiter sind für den Stuhlkreis gedacht und so konzipiert, dass insbesondere Senior:innen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen gut daran teilnehmen können.

Es empfiehlt sich, jedes Seniorentreffen, zu dem gegebenenfalls auch die Kinder, Enkel- und Urenkelkinder der Senior:innen eingeladenen werden können, mit jeweils einer Praxisidee aus dem ersten Kapitel „Gott heißt uns willkommen“ zu beginnen und gegebenenfalls auch mit jeweils einer Praxisidee aus dem achten Kapitel „Segenswünsche zum Abschied“ zu beenden.

Sämtliche Praxisideen sind für Senior:innen geradezu ideal: Sie können im vertrauten Stuhlkreis auch mit einer größeren Anzahl an Personen mit und ohne Handicaps durchgeführt werden. Zudem gibt es jede Menge Praxisideen, die die Senior:innen gemeinsam mit ihren Enkeln und Urenkeln durchführen können.

Unabhängig davon, lassen mit zunehmenden Alter nicht nur die Seh- und Hörkraft, sondern auch die Koordination und Beweglichkeit nach. Deshalb sollten Sie darauf achten, dass alle eine geeignete Sitzgelegenheit erhalten und eine gute Armlänge entfernt zusammen im Kreis sitzen. Auf diese Weise hat jede Person ausreichend Platz, so dass alle in der Gruppe von Anfang an begeistert und motiviert mitmachen können. Das gibt älteren Menschen viel Sicherheit, Halt und Orientierung. Zudem wird so viel Vertrauen unter den Teilnehmer:innen geschaffen, was vor allem auch den Senior:innen gut tut, die von sich aus nicht so ohne Weiteres auf andere zugehen und soziale Kontakte knüpfen können.

Und noch etwas: Indem alle im Kreis gleich weit von der Mitte entfernt sitzen, fällt das aktive Mitmachen wesentlich einfacher. Im Kreis

können alle sich besonders gut ansprechen, schneller miteinander kommunizieren, das Gesagte viel leichter verstehen und alles gut im Blick behalten. Dabei haben auch alle stets die Kreismitte vor Augen, die, so wie in den Kapiteln 2-7 beschreiben, mit thematisch passenden Farben und Gegenständen besonders einladend gestaltet werden kann. Das wiederum bietet sich für einen guten Gesprächseinstieg geradezu an.

Zur leichteren Orientierung werden übrigens bei jeder Praxisidee auch Angaben zu den Materialien, Liedern, Gedichten und Bibelstellen gemacht, sofern diese benötigt werden.

Ein besonderes Highlight sind gerade auch die Lieder und Angebote, die für Sie im Downloadbereich kostenlos zur Verfügung gestellt werden. So können Sie zum Beispiel einen Liedtext, den Sie gerade für Ihre Gruppe brauchen, mit großer Schrift für die Senior:innen ausdrucken, sodass alle besonders motiviert und engagiert mitmachen können.

Ziel ist es, die Senior:innen im vertrauten Kreis auf eine höchst unterhaltsame und einfühlsame Weise durch das Kirchenjahr zu begleiten, um ihnen Vertrauen, Hoffnung, Kraft und Zuversicht zu geben und natürlich in ihrem christlichen Glauben zu stärken.

Das Downloadmaterial zum Buch finden Sie unter www.neukirchener-verlage.de/zusatzmaterial (Passwort: Kreis23).

Gott heißt uns willkommen

Servus, Grüß Gott & Hallo! –
Gemeinsam anfangen

Es gibt viele schöne Bibelverse über das Willkommenheißen. Einer davon lautet:

„Darum nehmt einander an, gleichwie auch Christus uns angenommen hat, zur Ehre Gottes!“

Römer 15,7 (SLT)

So wie Christus uns alle mit offenen Armen und ohne Vorbehalte überall aufnimmt und herzlich willkommen heißt, sollten auch wir uns gegenseitig freundlich zugewandt sein und annehmen. Das schafft Vertrauen und ein Zugehörigkeits- und Gemeinschaftsgefühl, sodass sich jeder von uns wohl fühlen kann.

Im ersten Kapitel finden Sie nun wertvolle Praxisideen, die Ihnen zeigen, wie die Senior:innen sich im Stuhlkreis gegenseitig voller Freude begegnen und willkommen heißen können. Sie eignen sich hervorragend zu Beginn einer jeden Zusammenkunft und läuten so auch christliche Feste und Feiertage besonders schön und harmonisch zugleich ein, die Sie gemeinsam mit den Senior:innen und gegebenenfalls auch deren Familienangehörigen feiern können. Zudem werden auch Möglichkeiten vorgestellt, wie die Teilnehmer:innen auch an diejenigen Personen, die aus irgendwelche Gründen nicht aktiv teil-

nehmen können, auf eine besonders schöne Weise denken und für diese etwas Liebevolltes machen können.

Zu alledem soll Jesus Christus, der stets in unserer Mitte ist, von uns allen herzlich willkommen geheißen werden.

Wertschätzende Worte

Material: für jede Person ein Notizblatt und ein Stift, eine Klangschale

Zu Beginn begrüßen Sie alle Senior:innen im Kreis. Danach lesen Sie Folgendes vor:

„Wenn jemand einen lieben Brief erhält, wie oft fährt seine Hand in die Tasche und liest ihn von neuem?“

Lassen Sie die Senior:innen darüber nachdenken, ob sie das, was der schweizer Pfarrer und Erzähler Jeremias Gotthelf (1797-1854) uns durch die von ihm gestellte Frage zu verstehen geben möchte, nachvollziehen können. Vielleicht haben sie auch schon einmal eine Karte oder gar einen Brief von einem lieben Menschen erhalten. Wie oft wurde dann die Karte oder der Brief gelesen? Bestimmt mehr als einmal.

Liebe Worte tun einfach gut und sollten auch in der heutigen Runde nicht zu kurz kommen. Laden Sie die Senior:innen dazu ein, ein paar wertschätzende Worte einer anderen Person in der Runde schriftlich zukommen zu lassen. Das kann beispielsweise ein guter Wunsch, ein Kompliment oder ein Dankeschön für etwas Bestimmtes sein. Hierfür erhalten alle jeweils ein Notizblatt und einen Stift.

Während Sie nun ein paarmal hintereinander die Klangschale anschlagen, geben die Senior:innen ihre Zettel, auf denen sie etwas Schönes aufgeschrieben haben, von Hand zu Hand links im Kreis herum. Das geht jedoch nur so lange, bis der Klang verklungen ist. Danach dürfen die Zettel nicht mehr weitergereicht werden. Eine be-

liebige Person, die Sie namentlich benennen, darf dann das, was auf ihrem Zettel steht, laut vorlesen. Danach darf diejenige Person, die links neben ihr im Kreis sitzt, ebenfalls das, was sie soeben schriftlich erhalten hat, vorlesen.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis alle an der Reihe gewesen sind.

Am Schluss können Sie der Gruppe ein dickes Lob für die vielen herzergreifenden Worte aussprechen. Die Zettel dürfen die Senior:innen natürlich behalten, sodass sie die darauf aufgeschriebenen wertschätzenden Worte immer wieder lesen und sich ins Gedächtnis rufen können.

Willkommen heißen

Material: ein Greif- oder Softball, ein Gong oder eine Handtrommel

Den Ball werfen sich alle so lange gegenseitig zu, bis Sie den Gong kräftig anschlagen oder einfach einmal laut trommeln. Diejenige Person, die gerade den Ball in den Händen hält, erzählt kurz etwas über sich und wirft dann den Ball einer anderen Person zu. Dabei sagt sie laut:

„Ich heiße Sie/dich herzlich willkommen!“

Die betreffende Person bedankt sich und eröffnet mit dem Ball eine neue Spielrunde, indem sie kurz etwas über sich erzählt.

Auf diese Weise geht es so lange weiter, bis alle im Kreis ein bis zwei Sätze über sich erzählen und jemand anderen aus der Runde den Ball zuwerfen und somit auch die betreffende Person willkommen heißen konnten.

Am Schluss heißen Sie alle auch im Namen unseres Herrn Jesus Christi herzlich willkommen.

Seid allzeit fröhlich

Zu Beginn begrüßen Sie alle Senior:innen in der Runde. Dabei teilen Sie den Senior:innen mit, wie sehr Sie sich auf das Kommende freuen. Es ist schließlich ein Geschenk, wenn man Freude am Leben hat und diese auch mit anderen teilen kann. In diesem Zusammenhang können Sie den Senior:innen den folgenden Bibelvers vorlesen:

„Freut euch, allezeit! Betet ohne Unterlass! Seid in allem dankbar; denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch.“

1 Thessalonicher 5,16-18 (SLT)

Im Anschluss daran können Sie den Senior:innen noch ausreichend Gelegenheit für ein stilles Gebet geben, damit sie Gott für die heutige Zusammenkunft und für das, worauf sie sich dann freuen dürfen, danken können.

Bin überall willkommen, weil ...

Material: ein aufblasbarer Globusball oder Softball

Zunächst heißen Sie alle im Kreis herzlich willkommen. Danach lesen Sie das folgende Zitat von Johann Wolfgang Goethe (1749-1832), einer der bedeutendsten Repräsentanten deutschsprachiger Dichtung, vor:

„Bin überall willkommen, weil ich die Menschen lasse, wie sie sind, niemandem etwas nehme, sondern nur empfangen und gebe.“

Anschließend dürfen die Senior:innen, die gerne wollen, der Reihe nach kurz erzählen, wo und bei wem sie das letzte Mal herzlich aufgenommen wurden. Dabei können sie auch berichten, wie wichtig es ihnen ist, dass sich andere in ihrer Gegenwart wohl fühlen und was sie letztendlich alles dafür tun. Dabei kommt ein Globusball zum Ein-

satz, den diejenige Person erhält, die gerade das Wort hat. Danach wirft sie den Ball einer anderen Person zu, die sich per Handzeichen meldet.

Im Anschluss daran können Sie den Senior:innen berichten, dass vor allem auch Gott mit Liebe uns zugewandt ist und uns willkommen heißt, egal, woher man kommt.

Gott sei Dank

Material: ein rotes Herz aus Pappe, Holz oder Stoff

Es gibt viele Gründe, Gott für etwas zu danken, das passiert oder zum Glück nicht geschehen ist. In dieser Runde dürfen die Senior:innen sich auf Ihre Bitte hin überlegen, für was sie gerade dankbar sind und vielleicht auch gerne Gott von Herzen danken wollen. Die Antworten können sehr vielfältig sein und sich unter anderem auf eine überstandene Krankheit, das heutige Wiedersehen oder einfach die Vorfreude auf das Kommende beziehen.

Passend dazu erhält eine beliebige Person aus der Runde ein rotes Herz zum Beispiel aus Pappe. Während nun die Person das Herz in der Hand hält, berichtet sie der Gruppe in ein bis zwei Sätzen, für was sie besonders dankbar ist und gegebenenfalls auch Gott danken möchte. Danach übergibt sie derjenigen Person, die links neben ihr im Kreis sitzt, das Herz. Die betreffende Person erhält dann das Wort und erzählt der Gruppe, falls sie möchte, für was sie dankbar ist.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis alle im Kreis an der Reihe gewesen sind.

Im Anschluss daran können Sie der Gruppe mitteilen, wie sehr Sie Gott für die heutige Zusammenkunft danken und deshalb auch alle recht herzlich in der Runde willkommen heißen wollen.

Im christlichen Gotteshaus

Während Sie sich nun derjenigen Person, die links neben Ihnen im Stuhlkreis sitzt, zuwenden, sagen Sie Folgendes:

„Der Seniorennachmittag fängt nun an. Herzlich willkommen
(*Namen einsetzen*)! Du/Sie bist/sind nun dran!“

Die betreffende Person tut es ihnen gleich, indem sie sich derjenigen Person zuwendet, die sich links neben ihr auf der Kreisbahn befindet. Zum Begrüßen verwendet sie ebenfalls den Spruch.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis Sie wieder an der Reihe sind.

In diesem Moment erzählen Sie den Senior:innen, dass auch die Kirche stets eine offene Tür für große und kleine, dicke und dünne, arme und reiche, gesunde und kranke Menschen hat. Denn im christlichen Gotteshaus ist jeder von uns, egal woher er kommt, herzlich willkommen.

Ich freue mich auf dich

Material: eine Klangschale mit Klöppel

Einer beliebigen Person, die gerne anfangen möchte, übergeben Sie einen Klöppel und legen ihr eine Klangschale auf die flache Hand. Dabei können Sie allen im Kreis erzählen, dass die Klangschale aus Tibet stammt, gerne zum Entspannen eingesetzt wird und dem Instrument der Glocke zuzuordnen ist.

Die ausgewählte Person schlägt dann auf Ihre Anweisung die Klangschale kräftig mit dem Klöppel an. Während nun der Klang erklingt, lässt sie behutsam die Klangschale auf die flache Hand derjenigen Person, die links neben ihr im Kreis sitzt, rutschen. Diese Person tut es ihr gleich, indem sie die Klangschale genauso im Uhrzeigersinn

einen Platz weiterreicht. Auf diese Weise geht's immer weiter, bis der Klang verklungen ist. Daraufhin darf diejenige Person, die gerade die Klangschale in den Händen hält, eine Person im Kreis namentlich begrüßen, indem sie zum Beispiel sagt:

„Ich freue mich, dass Frau/Herr N.N. heute da ist!“

Danach übergeben Sie der ausgewählten Person die Klangschale mit dem Klöppel, sodass diese jetzt die Klangschale auf ihrer flachen Hand mithilfe des Klöppels anschlagen kann.

Das geht so immer weiter, bis alle im Kreis sich gegenseitig begrüßen konnten.

Am Schluss heißen Sie noch alle Anwesenden herzlich willkommen.

Gottes Wort ist die rechte Sonne

Material: ein Gymnastikreifen, für jede Person, die zu der Gruppe gehört, jeweils ein Chiffontuch in Gelb, Orange oder Rot

Zu Beginn legen Sie einen Gymnastikreifen in die Kreismitte und drücken dann jeder Person ein Chiffontuch in die Hand. Danach falten alle ihre Tücher zu einem Dreieck, das sie schließlich einrollen.

Eine beliebige Person, die Sie nun auswählen, darf aufstehen und zu dem Reifen gehen. Dort angekommen, ordnet sie ihr eingerolltes Tuch wie einen Sonnenstrahl am Reifen an. Dabei kann sie den anderen mitteilen, auf was sie sich heute besonders freut. Das kann beispielsweise das gute Miteinander, die tiefgründigen Gespräche oder gar das gemeinsame Beten sein. Sobald jedoch die betreffende Person wieder auf ihrem Platz sitzt, darf diejenige Person, die sich links neben ihr auf der Kreisbahn befindet, ihr eingerolltes Tuch genauso am Reifen anordnen und über das sprechen, auf das sie sich jetzt schon freut.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis alle an der Reihe gewesen sind. Sollten jedoch Senior:innen aus irgendwelchen Gründen fehlen, dann ordnen Sie für die betreffenden Personen, die Sie auch namentlich erwähnen, jeweils ein eingerolltes Tuch so wie bereits beschrieben direkt am Reifen an. Dabei können Sie der Gruppe sagen, dass Sie sich jetzt schon auf ein Wiedersehen mit den betreffenden Personen freuen.

Im Anschluss können Sie den deutschen Theologen Martin Luther (1483-1546) zitieren, der Folgendes zum Besten gab:

„Gottes Wort ist die rechte Sonne, die uns den ewigen Tag gibt, zu leben und fröhlich zu sein!“

In diesem Sinne können Sie allen im Kreis ganz viel Freude und gute Gespräche im heutigen Seniorenkreis wünschen.

Grüß euch Gott

Das altbekannte französische Kinderlied „Frère Jacques“ („Bruder Jakob“) ist eigentlich ein vierstimmiger Kanon. Indem man den Text etwas ändert, eignet es sich auch als Begrüßungslied, das Sie so zunächst einmal Ihrer Seniorengruppe vorsingen können:

Bruder Jakob! Bruder Jakob!
Schlafft ihr noch? Schlafft ihr noch?
Hört ihr nicht die Glocken? Hört ihr nicht die Glocken!
Ding, dang, dong! Grüß euch Gott!

Danach teilen Sie die Gruppe in vier gleich große Gruppen ein, die am besten nebeneinander im großen Kreis sitzen. Bevor es jedoch losgeht, vereinbaren Sie gemeinsam mit den Senior:innen ein Handzeichen für den Schluss des Gesangs.

Danach fängt die erste Gruppe an, das Lied so wie gewohnt zu singen. Wenn sie das zweite Mal „Schlafft ihr noch?“ gesungen haben,

setzt die zweite Gruppe ein und beginnt das Lied von vorne, während die erste Gruppe weiter singt. Konnte die zweite Gruppe das zweite Mal „Schlaft ihr noch?“ singen, setzt die dritte Gruppe ein und singt von vorne und so weiter. Erfolgt das zuvor vereinbarte Zeichen Ihrerseits, kann jede Gruppe ihren Teil bis zum Ende singen.

Vorfreude, allerschönste Freude

Material: für jede Person, die zur Gruppe gehört, jeweils ein LED-Teelicht, ein großer Stern aus Holz oder Pappe

Während die Senior:innen zusammen im Kreis sitzen, legen Sie einen großen Stern beispielsweise aus Holz in die Kreismitte. Danach teilen Sie die Teelichter aus und stellen, falls Personen aus irgendwelchen Gründen fehlen sollten, die restlichen Teelichter in der Nähe vom Stern auf den Boden.

Danach begrüßen Sie eine beliebige Person namentlich, die nun ihr Teelicht einschalten darf. Sie berichtet in ein bis zwei Sätzen, auf wen oder was sie sich heute besonders freut. Danach steht sie auf, um ihr Teelicht auf den Stern zu platzieren. Falls Sie jedoch nicht so gut zu Fuß sein sollte, können Sie das für die betreffende Person tun. Unabhängig davon, darf jetzt diejenige Person, die links neben der vorherigen Person im Kreis sitzt, ihr Teelicht einschalten und genauso berichten, worauf sie sich heute freut.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis alle Teelichter auf dem Stern leuchten.

Anschließend dürfen Sie, falls Personen aus der Runde fehlen sollten, für diese jeweils ein Teelicht einschalten und auf den Stern platzieren. Dabei können Sie der Seniorengruppe auch mitteilen, wie sehr sie sich auf ein Wiedersehen mit den betreffenden Personen freuen. Zuletzt schalten Sie ihr Teelicht ein, das sie ebenfalls auf dem Stern platzieren. Das wäre für Sie nun die Gelegenheit, um alle zusammen im Kreis herzlich willkommen zu heißen.

Willkommen zur Nikolausfeier

Die folgende Praxisidee eignet sich für den Beginn der Nikolausfeier im Adventskreis. Hierfür wurde die erste Strophe des traditionellen Nikolausliedes aus dem 19. Jahrhundert „Lasst uns froh und munter sein!“ etwas geändert, die nun alle zusammen im Kreis singen:

Lasst und froh und munter sein
und uns recht von Herzen freu'n.
Lustig, lustig, tralalalala,
nun ist unsere Feier da,
nun ist unsere Feier da!

Im Anschluss daran heißen Sie alle recht herzlich zur Nikolausfeier willkommen.

Ich verkündige euch große Freude

Material: eine LED Kerze

Sobald Sie die Seniorengruppe herzlich begrüßt haben, lesen Sie die folgende Bibelstelle vor:

„Und der Engel sprach zu ihnen: Fürchtet euch nicht! Denn siehe, ich verkündige euch große Freude, die dem ganzen Volk widerfahren soll. Denn euch ist heute in der Stadt David, der Retter geboren, welcher ist Christus, der Herr. Und das sei für euch das Zeichen: Ihr werdet ein Kind finden, in Windeln gewickelt, in der Krippe liegend.“

Lukas 2, 10-12 (SLT)

Im Anschluss daran machen Sie den Senior:innen bewusst, dass mit Jesus Christus das Licht in die Welt gekommen ist. Denn wer ihm

folgt, wird niemals in der Finsternis wandeln, sondern wird das Licht des ewigen Lebens haben. Somit ist das die eigentliche Weihnachtsbotschaft.

Übergeben Sie nun irgendeiner Person aus der Runde eine eingeschaltete Kerze, mit der sie auf eine andere zugehen darf, um etwas Positives zu äußern, wie beispielsweise für sie da zu sein und, falls nötig, zu helfen. In der Weihnachtszeit kann man der ausgewählten Person jedoch auch einfach „Frohe Weihnachten!“ oder „Ein gesegnetes Weihnachtsfest“ wünschen.

Während nun die Person wieder auf ihren Platz zurückgeht, darf nun die andere mit der leuchtenden Kerze in der Hand genauso auf eine andere mit einem guten Wunsch im Gepäck zugehen. Sollte jedoch die Person nicht so gut zu Fuß sein, dann bleibt sie einfach sitzen und Sie übergeben an ihrer Stelle die leuchtende Kerze der betreffenden Person.

Erst wenn alle mit einem guten Wunsch im Gepäck jemandem aus der Runde die leuchtende Kerze überreichen konnten, teilen Sie den Senior:innen mit, wie schön es ist, mit so vielen guten Wünschen den Seniorentreff (oder das Fest) beginnen zu dürfen.

Eine Osterkerze für dich

Material: eine große LED-Osterkerze, die mit dem Kreuz, dem Alpha und Omega, der Jahreszahl und evtl. weiteren Symbolen geschmückt ist

In der Kreismitte begrüßen Sie mit der leuchtenden Osterkerze in der Hand alle Anwesenden. Fragen Sie die Senior:innen, was der erste und der letzte Buchstabe des klassischen griechischen Alphabets auf der traditionellen und hoffnungsvollen Osterkerze bedeuten. Vielleicht wissen sie, dass diese einen Bezug auf die Offenbarung 22,13 haben, die wie folgt lautet:

„Ich bin das A und das O, der Anfang und das Ende,
der Erste und der Letzte.“

Offenbarung 22,13 (SLT)

Sie symbolisieren also den Anfang und das Ende und erinnern an das Leiden und die Auferstehung Jesu Christi. Und was bedeutet die Jahreszahl auf der Kerze? Sie gibt an, wann die Kerze geweiht wurde und symbolisiert das Hier und Jetzt. Die Osterkerze wird in der Osternacht zum ersten Mal entzündet. Nach dem Ende der Osterzeit brennt sie immer, wenn es um Licht und Auferstehung geht, wie zum Beispiel bei einer Taufe und an Allerheiligen.

Nach dem Gesprächseinstieg übergeben Sie die Osterkerze einer beliebigen Person, die sich derjenigen Person zuwendet, die links neben ihr im Kreis sitzt, um diese zu begrüßen und die Kerze mit einem guten Wunsch für den heutigen Tag zu überreichen. Die Person tut es ihr gleich und überreicht die Kerze wiederum derjenigen Person, die links neben ihr im Kreis sitzt.

Auf diese Weise wandert nun die Kerze so lange links im Kreis herum von Hand zu Hand, bis die erste Person wieder die Kerze in der Hand hält.

Gutes tun und mit anderen teilen

Während die Senior:innen zusammen im Kreis sitzen, begeben Sie sich in die Kreismitte und begrüßen die Gruppe. Fragen Sie nun die Senior:innen, was sie miteinander teilen können. Mögliche Antworten können sein: Freude, Erlebnisse, Erfahrungen, Hobbys, Nahrung, Kleidung, Humor und Wissen. Im Anschluss daran lesen Sie die folgende Bibelstelle vor:

„Wohltun und mitzuteilen vergesst nicht;
denn solche Opfer gefallen Gott wohl.“

Hebräer 13,16 (Luther 1912)

Dabei deuten Sie bei jeder Silbe im Uhrzeigersinn auf die einzelnen Senior:innen. Diejenige Person, auf die Sie als Letztes deuten, begrüßen Sie herzlich. Die betreffende Person darf nun den anderen, falls sie möchte, mitteilen, worauf sie sich heute in der Gruppe besonders freut und was sie gerne auch mit anderen teilen möchte.

Danach lesen Sie erneut die oben genannte Bibelstelle vor und deuten dabei wieder bei jeder Silbe auf die einzelnen Senior:innen links im Kreis herum.

Auf diese Weise geht's so lange weiter, bis alle Senior:innen begrüßt und zu Wort gekommen sind. Sollten Sie jedoch auf eine Person abermals deuten, dann gehen Sie einfach auf eine andere Person zu, die noch nicht an der Reihe gewesen ist.

Am Schluss können Sie den Senior:innen mitteilen, wie sehr Sie sich auf die schönen Momente freuen, die sie nun miteinander teilen können.

Lehr, o Gott, mich Gutes tun

Die folgende Weisheit stammt von dem deutschen evangelischen Pfarrer Philipp Friedrich Hiller (1699-1769), der auch ein bedeutender Kirchenlieddichter des württembergischen Pietismus gewesen ist:

„Lehr, o Gott, mich Gutes tun
und im Treusein nicht erliegen!
Denn die Zeit dazu ist nun,
und sie wird so schnell verfliegen.
Wenn man gleich was Kleines tut:
Ist's nur gut, so ist es gut.“

Nachdem Sie das vorgelesen haben, begrüßen Sie alle recht herzlich im Kreis. Teilen Sie den Senior:innen mit, dass Sie die Zeit in der Gruppe auch dazu nutzen wollen, um Gutes zu tun. Das kann allein schon durch die nachfolgenden Praxisideen geschehen, die beispiels-

weise zum Nachdenken und Sprechen sowie Kontakteknüpfen anregen können. Fragen Sie die Senior:innen, wie sie die gemeinsame Zeit in der Gruppe am liebsten nutzen wollen. Was wünschen sie sich von den anderen? Wie sollte der Seniorentreff ihrer Meinung nach verlaufen? Wer möchte, darf sich dazu äußern und somit die anderen an seinen Gedanken teilhaben lassen.

Von ganzem Herzen

Material: ein großes Herz aus Pappe, Plastik o. Ä.

Mit einem großen Herz aus Pappe in der Hand setzen Sie sich zwischen zwei Senior:innen im Kreis und lesen das folgende Zitat von dem deutschen Theologen und Reformier Martin Luther (1483-1546) vor:

„Christen, die beten, sind wie Säulen,
die das Dach der Welt tragen.“

Begrüßen Sie nun alle Senior:innen in der Runde. Dabei machen Sie auch auf diejenigen aufmerksam, die gerade im Kreis fehlen, aus irgendwelchen Gründen längerfristig nicht mehr zu der Seniorengruppe kommen können oder vielleicht sogar nicht mehr unter uns weilen. Indem Sie das rote Herz hochheben, können Sie eindrucksvoll darstellen, dass sie gerade auch sie nun gerne im gemeinsamen Gebet von ganzem Herzen einschließen möchten.

Während nun alle die Hände zum Gebet falten, sagen Sie zum Beispiel laut:

„Herr, wir sind heute zusammenkommen, um miteinander zu reden, füreinander da zu sein und vor allem auch unseren christlichen Glauben zu teilen. Leider sind wir nicht vollzählig,