

Inhalt

Vorwort	
Warum ein Handbuch für christliche Seniorenarbeit?	7
Wer alt werden will, darf kein Feigling sein! – <i>Samuel Moser</i>	9
Die große Entdeckung	13
Altersaufbau der Bevölkerung in Deutschland – <i>Siegfried Lambeck</i>	
Wie kann ich mögliche Senioren erreichen?	25
Zielgruppen der christlichen Seniorenarbeit – <i>Eberhard Platte</i>	
Möglichkeiten, Planung und Organisation	39
in der Seniorenarbeit – <i>Erhardt Riedesel</i>	
Wie kann ich die geplante Seniorenarbeit bekannt machen?	49
Werbung und Öffentlichkeitsarbeit – <i>Eberhard Platte</i>	
Wie plane ich die Seniorentreffen?	53
Stundenentwürfe und Anregungen – <i>Erhardt Riedesel/</i> <i>Eberhard Platte</i>	
Wie erreiche ich Senioren aus nicht-christlichem Hintergrund? .	61
Missionarische Seniorenarbeit (1) – <i>Eberhard Platte</i>	
Wie können wir ältere Menschen für den Glauben gewinnen? ..	69
Missionarische Seniorenarbeit (2) – <i>Klaus-Jürgen Diehl</i>	
Welche Nöte haben Senioren?	79
Seelsorge an Senioren – <i>Eberhard Platte</i>	

Wie helfe ich Senioren bei der Trauerbewältigung?	93
Trauern und Trösten? – <i>Eberhard Platte</i>	
Wie spreche ich verständlich über den Glauben?	101
Mit Senioren im Gespräch – <i>Eberhard Platte</i>	
Wie machen es andere?	107
Beispiele von verschiedenen Seniorenarbeiten	
Was finde ich auf der beigefügten CD?	121
Literaturhinweise	137

Warum ein Handbuch für christliche Seniorenarbeit?

Gibt es nicht bereits genug Arbeitskreise und Ausschüsse? Sind die Senioren in den Gemeinden nicht versorgt? Was soll da dieses Handbuch „Seniorenarbeit - aber wie?“ vom „Arbeitskreis Senioren für Christus (SfC)“? Ist es in der Vergangenheit nicht auch ohne gegangen? Wer steckt überhaupt dahinter und was will diese Initiative? Welche Aufgaben und welche Ziele hat er?

In diesem Buch möchten wir einige Beispiele verschiedener Aktivitäten von Senioren und Seniorenkreisen aufzeigen, um anderen Mut zu machen, selbst aktiv für unseren Herrn Jesus Christus zu werden. Außerdem werden Sie Anregungen und Tipps finden, Beispiele von Stundenentwürfen und wertvolle Hinweise für Gespräch und Seelsorge.

Wir sind ein Kreis motivierter Senioren, die in verschiedenen christlichen Gemeinden zu Hause sind und sich Gedanken gemacht haben über die Chancen und das Potential der älteren Menschen in unseren Gemeinden und berichten wollen, wo und wie Senioren bereits aktiv geworden sind. Dadurch möchten wir Anregungen geben, selbst eine Seniorenarbeit in der eigenen Gemeinde zu beginnen oder eine bereits bestehende neu zu

beleben. Lassen Sie sich inspirieren und motivieren: Christliche Seniorenarbeit ist ein weites und segensreiches Feld des diakonischen und missionarischen Auftrags unseres Herrn an seine Gemeinde.

*Der Verlag und der Herausgeberkreis
des SfC im Sommer 2014*

Wer alt werden will, darf kein Feigling sein!

Samuel Moser

Das Altwerden bringt Lust und Last, Befreiung und Bürde, Loslassen und neues Beginnen. Das ist wahrhaftig nichts für Feiglinge. Es ist wie das Leben selbst – herausfordernd und lebensgefährlich.

Der beliebte Schauspieler und Entertainer Joachim Fuchsberger schreibt in seinem Buch „Älterwerden ist nichts für Feiglinge“: „Ich denke, es ist an der Zeit, dass sich die Alten die faltige Haut nicht länger über die Ohren ziehen lassen. Hören wir auf, im stillen Kämmerlein oder vor der Glotze auf die Schwätzer aus den Amtsstuben zu hören, lassen wir uns keine Angst mehr einjagen von den Neunmalklugen, wo immer sie sitzen.“ Fuchsberger will den Altersgenossen Mut machen, mit dem unvermeidlichen Vorgang des Altwerdens locker umzugehen. Das Buch ist voller Lebenserinnerungen. Der Autor zieht das Fazit: „Benehmen wir uns nicht wie alt gewordene Junge, sondern wie jung gebliebene Alte.“

Chancen des Alters nutzen

Wir alle möchten möglichst lange leben, aber ohne dabei alt zu werden. Deshalb suchen wir ermutigende Zeugnisse aus Philosophie, Literatur und Kunst. Sie sollen die „Lust aufs Alter“ wecken und uns zeigen, dass das Alter durchaus seine Chancen

hat. So übernahm Michelangelo mit 71 Jahren die Bauleitung des Petersdoms, mit 73 schrieb der Philosoph Immanuel Kant die „Metaphysik der Sitten“, mit 80 vollendete Giuseppe Verdi seine Oper „Falstaff“, ebenfalls mit 80 Jahren Johann Wolfgang von Goethe seinen „Faust II“; und mit 99 zeugte Abraham seinen Sohn Isaak. Eine Hundertjährige wurde gefragt, was sie aus ihrem Leben gemacht habe. Ihre Antwort: „Das kann ich nicht sagen, ich arbeite immer noch daran.“ Wer heute 60 ist, kann davon ausgehen, über 80 Jahre alt zu werden. Das bedeutet, dass wir länger, weit über das Erwerbsleben hinaus, arbeitsfähig sind.

Späte Freiheit entdecken

In der Jugend mussten wir tun, was Eltern und Lehrer uns hießen. Als Erwachsene mussten wir machen, was die Chefs von uns verlangten oder die Familie von uns forderte. Die Arbeit gab uns Essen auf den Tisch, ein Dach über dem Kopf, Geld, um die Rechnungen zu bezahlen und den gewünschten Lebensstil zu pflegen, aber auch das wundersame Gefühl, etwas zu leisten. Im Rentenalter sind wir nun endlich unsere eigenen Chefs. Die Terminhoheit über die Agenda liegt bei uns. Aus freiem Ermessen können wir Ja oder Nein sagen. Das ist so etwas wie späte, aber wohlverdiente Freiheit, die wir genießen dürfen – ohne dabei ein schlechtes Gewissen zu haben! Wir müssen nicht mehr, wir dürfen und können. Wir dürfen auch mal etwas sein lassen und Gelassenheit entwickeln, denn einmal werden wir nicht nur dieses und jenes lassen müssen, sondern das irdische Leben selbst.

Einen Baum wachsen sehen

Als Generalfeldmarschall Helmuth Karl Bernhard von Moltke in den Ruhestand trat, wurde er gefragt, was er nun zu tun gedenke. „Ich möchte endlich wieder einen Baum wachsen sehen“, war seine prompte Antwort. Im Erwerbsleben lebten wir nach vorn; im Rentenalter ist die Tiefe an der Reihe. Es geht darum, im Weniger das Mehr zu finden. Nicht nur beim

Genießen des Sonnenuntergangs oder beim Lauschen auf den Gesang der Amsel, sondern auch beim Erzählen, Singen oder Spielen mit den Enkelkindern. Da lässt sich möglicherweise einiges gutmachen, das wir an den eigenen Kindern sträflich versäumt haben. Es liegt weitgehend an unserem Denken und Wollen, ob wir das dritte Lebensalter als Belle Epoque oder als „unheilbare Krankheit“ erleben. Das wusste auch die Krimi-Autorin Agatha Christie, die meinte: „Je älter ich werde, desto interessanter werde ich für meinen Mann.“ Was nicht verwunderte, denn ihr Mann war Archäologe.

Nicht nur auf der Tribüne sitzen

Wir Alten wollen nicht nur auf der Tribüne sitzen und uns am Tun der andern amüsieren. Wir möchten uns weiterhin verausgaben – aber vielleicht in einem gemächlicheren Tempo. Wir wollen weiterhin aktiv und wachstumsorientiert leben. Die Einigelung in die eigenen vier Wände wirkt lebensverkürzend. Wenn der Gang in den Garten der einzige Ausgang ist, ist das zu wenig. Solange Blut in unseren Adern fließt, gibt es Beziehungen zu pflegen, Reisen zu unternehmen, zu lesen und sich weiter zu bilden. Nur wer nicht mehr neugierig ist und das Lernen aufgegeben hat, ist alt. Die Generation 60plus gilt im Allgemeinen als wohlhabend. Mit Udo Jürgens können viele sagen: „Ich habe alles, aber ich habe es leider nicht mehr lange.“ Noch zu Lebzeiten „mit warmen Händen“ mit andern zu teilen, macht bekanntlich glücklich. Ohne großzügige Spenden könnten christliche Gemeinden, Missions- und Hilfswerke ihren Auftrag kaum erfüllen. Viele Rentner sehen ihre Chance in der Freiwilligenarbeit. Sie wollen etwas tun, was zu ihrem Lebensentwurf passt. Sie spenden Zeit, und indem sie etwas für andere tun, tun sie auch etwas für sich.

Versöhnt leben – in Würde sterben

In jedem menschlichen Leben gibt es verpasste Gelegenheiten, vertane Zeit, verletzende Worte. Unser Lebensrad lässt sich nicht zurückdrehen. Was gewesen ist, ist gewesen. Ein

Seniorenarbeit – aber wie?

Weiser empfiehlt: „Vergieße keine Tränen über die fleckigen Seiten der Vergangenheit. Stattdessen blättere um und freue dich über die schönen weißen Seiten, die dir noch bleiben.“ Sterben ist ein lebenslanger Prozess; er beginnt bereits bei der Geburt. Unsere Zeit liegt in den Händen eines Höheren. Leichter stirbt, wer weiß, dass mit Tod und Grab nicht alles aus ist – vorausgesetzt, dass wir unser Leben vor Gott und Menschen in Ordnung gebracht haben und als Versöhnte die letzte Wegstrecke gehen können. Das Sinnen über Auferstehung und Ewigkeit prägt den alternden Gläubigen und macht ihn zur Respektperson, denn er steht nahe bei Gott.