

Nummer 1/2010

Frauen Wege



Das Alter



Plissiert oder gebügelt

Nach einem Regionaltag bin ich mit einigen Mitarbeiterinnen der Gemeinde im Gespräch und erfahre, wie die Frauenarbeit vor Ort gestaltet wird. Ich spüre Interesse an der Arbeit des Frauenwerks und dass sich die Frauen dazu gehörig fühlen. Als wir dann über das neue Logo und die Farbe des Frauenwerks reden, werde ich gefragt: "Aber warum tragen Sie einen anderen Schal als Frau So-wieso?" Ich verstehe erst nicht, worum es geht, schließlich tragen wir beide den Schal des Frauenwerks. Doch dann kann ich die Antwort geben: "Meine Kollegin mag den Schal plissiert - und ich gebügelt!"

Später, beim Klausurwochenende der Arbeitsausschüsse, erinnert mich ein Begriff aus dem Vortrag unserer Referentin Hanna-Ruth Eberhardt an diese Begebenheit: Sie erläutert den Mitarbeiterinnen *Das System Frauenwerk*. Vieles verbindet uns als Mitarbeiterinnen und doch hat jede ihren individuellen Platz. Mit unseren jeweiligen Gaben können wir als Frauenwerk verschiedene Aufgaben und Herausforderungen aufgreifen. Doch immer treffen unterschiedliche Persönlichkeiten und Prägungen aufeinander. Die andere ist anders als ich, sie reagiert anders, sie geht anders mit Dingen um, sie kommt aus einem völlig anderen Hintergrund, jede hat ihre eigene Wahrnehmung. Nicht immer gelingt es dabei, spannungsfrei miteinander umzugehen.

Deshalb ist es entscheidend und wichtig, dass wir uns immer wieder neu bewusst machen, wie verschieden wir sind. Frau Eberhardt hat den Vergleich mit einem Mobile gebraucht. An einem Bogen sind einzelne Teilchen befestigt und die richtige Balance entscheidet darüber, das Ganze nicht in Schiefelage geraten zu lassen.

Für unsere Arbeit übersetzt bedeutet dies: Es kommt auf jede Einzelne an, aber das gemeinsame Ziel ist wichtig. Es braucht immer wieder die Besinnung auf die gemeinsame Aufgabe *"Frauen ermutigen, aus der Fülle Gottes Leben zu gestalten"*.

Wie wir dies erfüllen, hängt zwar von unseren unterschiedlichen Sichtweisen, Erfahrungen, Gaben und Glaubensstilen ab, aber was uns verbindet, ist der Bogen des Glaubens - um im Bild zu bleiben. Jede lebt und engagiert sich aus ihrem persönlichen Glauben heraus. Wenn das gemeinsame Ziel vor Augen ist, kann jede ihre Individualität leben und doch ziehen wir an einem Strang - ob mit gebügelter oder plissierter Schal.



Heike-Ruth Klaiber
Vorsitzende
des Frauenwerks



Inhalt

Andacht

Dr. Ute Minor

Was heißt "alt sein"?

Karin Seidel

Aufbruch im Alter

Gertrud Michelmann

Statements:

...einer Religionspädagogin

Claudia Schlenker

...des Sekretärs für Seniorenarbeit

Erwin Ziegenheim

...aus der Gemeindearbeit

Dr. Karin Schlagenhauf

...aus dem persönlichen Umfeld

Cornelie Hecke

Stolperstein

Entwurf für die Praxis

Eva Sautter

Literaturtipps

Marliese Gräsle

„Wo mein Herz schlägt“

Frauenarbeit Ellerbek

Frauenkreis Gornsdorf

Aktuelles aus dem Frauenwerk

Berichte von Veranstaltungen

Weltgebetstag 2010

Gudrun Strobel

Veranstaltungen/Impressum

Herzlich willkommen

Über das Alter gibt es unendlich viele Sprüche, die einem meistens zum Geburtstag entgegen fliegen. Manche Leute haben mit dem Älterwerden ein Problem, auch wenn sie noch sehr gesund sind. Sie nennen sich "37 b" - was heißen soll 39. Oder sie sind zum achten Mal 30 geworden. T-Shirts und Socken mit Aufdruck werden dem älter gewordenen Menschen fürsorglich geschenkt. Witzige Sprüche auch auf Tassen für 40-Jährige: "Du merkst, dass du älter wirst, wenn die Kerzen mehr kosten als der Kuchen!" Alles nur Spaß? Oder nur humorvoller Umgang mit der Angst vor „dem Alter“?

Manchmal gefühlte sechzig, danach wieder knapp über zwanzig. In der Realität aber Mitte dreißig. Ich treffe Menschen, die in meinem Jahrgang geboren wurden und ich denke, "bin ich wirklich schon so alt?" Ja. Rein rechnerisch schon. Bin ich doch so jung, wie ich mich gerade fühle?

Ich freue mich über Menschen, die zu ihrem Alter stehen und die Vorzüge und Chancen genießen, die das Älterwerden mit sich bringt. Und wenn Sie unsere neue Ausgabe von *FrauenWege* lesen, werden Sie merken, dass es echte Vorzüge hat, alt werden zu dürfen, denn es ist ein besonderer Zeitabschnitt im Leben und Gottes Geschenk.

Ich grüße Sie im Namen des Redaktionsteams mit einem Zitat:

"Wer nicht alt werden will, muss jung sterben."

Allen Junggebliebenen und Älter gewordenen viel Freude beim Lesen!

Britt Müller





Hanna - eine alte Frau mit klarem Blick

Wie gern hätte ich diese Hanna kennen gelernt, von der wir im Lukasevangelium (2, 36 - 38) lesen können! Eine alte Frau von 84 Jahren - ein sehr hohes Alter für die Zeit, in der sie lebte. Es war kein leichtes Leben, nur sieben Jahre war sie verheiratet gewesen, dann starb ihr Mann. Viele Jahrzehnte lebte sie nun schon als Witwe und war darüber sehr alt geworden. Hatte ihr Leben damit seinen Sinn verloren? Lebte sie nur in Erinnerungen und im Rückblick auf vergangene Zeiten?

Keineswegs - ihr Leben hatte eine neue Ausrichtung bekommen und sie hatte eine neue, sie ganz ausfüllende Aufgabe gefunden. Wir lesen: "Sie verließ den Tempel nie, weil sie Tag und Nacht Gott diente mit Fasten und Beten." Ihr Leben war erfüllt vom Gebet, vom Reden zu Gott und vom Hören auf seine Stimme. Darüber wurde sie zur Botin Gottes, zu einer Frau, der Gott seine Pläne offenbaren und die sie anderen weitersagen konnte. Sie wird deshalb eine Prophetin genannt, eine, die den Ruf Gottes gehört hat, zur Ruferin wird und seine Botschaft weitergibt. Eine ungewöhnliche Frau! Sie ist voller Hoffnung. Sie rechnet damit, dass Gott sein Volk erlösen wird und sie erkennt in dem kleinen Kind Jesus, das seine Eltern in den Tempel bringen, den verheißenen Erlöser. Darum kann sie nicht schweigen, sondern gibt diese gute Nachricht weiter an die Menschen, die auf das Eingreifen Gottes warten und stärkt ihre Hoffnung.

Hanna fasziniert mich: Ein Leben im

...und war nun eine Witwe bei vierundachtzig Jahren; die kam nimmer vom Tempel, diente Gott mit Fasten und Beten Tag und Nacht.

Lukas 2, 37

Gebet, im Hören auf Gott und Reden mit ihm, im Eintreten für die Anliegen der Mitmenschen, den Auftrag der Gemeinde und Kirche und die Nöte der Welt - eine notwendige Aufgabe und ein sinnvolles Leben, nicht nur, aber gerade auch im Alter. Jetzt hätte ich eigentlich mehr Zeit dazu, manche Verpflichtungen sind weggefallen, für anderes habe ich nicht mehr ausreichend Kräfte. Trotzdem ist es für mich bei aller Einsicht immer wieder eine Herausforderung und ein Kampf, mir wirklich Zeit dafür zu nehmen. Von Hanna heißt es: "Sie diente Gott mit F a s t e n und Beten." Steckt hier ein Hinweis, bewusst auf Dinge und Beschäftigungen zu verzichten, um dem Gebet Vorrang zu geben?

Für dieses Jahr 2010 haben christliche Gruppen und Initiativen die Anregung gegeben, es als ein "Jahr der Stille" zu begehen. Es ist eine Einladung, immer wieder Gelegenheiten zu suchen, um in der Stille zu uns selber zu finden, neu Gott zu begegnen, auf ihn zu hören, sein Wort zu lesen und alles, was uns bewegt, vor ihn zu bringen. Dadurch werden wir



auch einen klaren Blick gewinnen, wie Gott uns gebrauchen will und für die Aufgaben, zu denen er uns ruft.

Zu diesen Aufgaben kann es auch gehören, mit anderen über Gott zu sprechen, sie auf Jesus Christus hinzuweisen und von dem zu erzählen, was wir in unserem Leben mit Gott erfahren haben. Dabei ist ganz entscheidend wichtig, dass wir zuerst auf sie selber und ihre Fragen hören, damit unser Reden ihnen helfen kann. Wie viele Menschen sehnen sich danach, dass jemand bereit ist, ihnen zuzuhören!

So können wir uns von Hanna anregen lassen, in allen Situationen unseres Lebens auf Gott zu vertrauen in der Gewiss-

heit, dass wir in seiner Hand sind und er unser Leben führt und ihm Hoffnung und Sinn gibt, seine Gemeinschaft suchen und anderen von ihm weitersagen. Wir sind nie zu alt, um darin noch zu wachsen und dürfen gespannt sein, welche Überraschungen Gott noch für uns bereit hält.

Dr. Ute Minor
Berlin
Pastorin i. R.





Was heißt "alt sein"? Wann bin ich alt?

Wann ist ein Mensch eigentlich alt? Woran kann er erkennen, dass er alt geworden ist? Ist der Mensch so alt wie er sich fühlt?

Alterskategorien

Für Altersforscher, ebenso wie für die Betroffenen selbst, ist es problematisch – ja fast unmöglich – festzustellen, wo die Grenze für das Eintreten in "das Alter" liegt. Wie in vorangegangenen Lebensphasen auch, gibt es beim Altern sehr große individuelle Unterschiede. Trotz gegenseitiger Beeinflussung stimmen kalendarisches, biologisches, psychisch-intellektuelles und soziales Alter nur in den seltensten Fällen überein.

Das **kalendarische Alter** gibt Auskunft darüber, wie viele Jahre ein Mensch bereits lebt. Diese Angabe ist objektiv und vergleichbar, denn jeder, der 1957 geboren wurde, ist älter als einer, der das Licht der Welt 1961 erblickte.

Von seinen Genen – seinem Erbgut also – und von seinen im Leben erfahrenen

äußeren Bedingungen wird das **biologische Alter** eines Menschen bestimmt. Es kann demnach sein, dass der 1961 Geborene älter wirkt und sich auch älter fühlt als der 1957 Geborene, weil sein Haar erblich bedingt schon grau und schütter ist, oder weil ihn der Unfalltod seiner einzigen Tochter um Jahre altern ließ. Dem kalendarisch Älteren hingegen blieben Schicksalsschläge erspart und seine Gene garantieren ihm volles, dunkles Haar bis zu seinem 70. Lebensjahr.

Ergebnis eines sehr unterschiedlichen und komplexen Zusammenspiels von Anlagen und Umwelt ist das **psychisch-intellektuelle Alter** eines Menschen. Hierbei kommt es darauf an, welche vergangenen persönlichen und gesellschaftlichen Prozesse die Haltung zu sich selbst als Alternden und das Verständnis von Alter und Tod allgemein beeinflussen. Das psychisch-intellektuelle Alter wird auch davon bestimmt, ob ein Mensch Bereitschaft zur Aktivität zeigt oder eher zum Rückzug neigt. Diese Alterskategorie ist wohl die einzige, welche ein Mensch selbst mit zu bestimmen und zu gestalten in der Lage ist. Geistige Aktivität und eine positive Einstellung zum Leben helfen, langsamer psychisch-intellektuell zu altern. Dies lässt natürlich keine Verallgemeinerung zu.

Soziales Alter orientiert sich an allgemeinen Festlegungen. Dabei geht es um die in einer Gesellschaft üblichen Einteilungen des Alters mit ihren zuge-





wiesenen oder angebotenen Positionen und deren Bewertung. Eine Rolle spielen die an das kalendarische Alter gebundenen Verhaltenserwartungen und -vorschriften. Die Lebensjahre, ab denen jemand in unserer Gesellschaft zu "den Alten" gehört oder sich selbst als dazugehörend erkennt, variieren in den sozialen Umfeldern.

Bereiche, in denen körperliche Fitness Voraussetzung ist, wie z. B. Polizei oder Bundeswehr, werden ihre Angestellten,

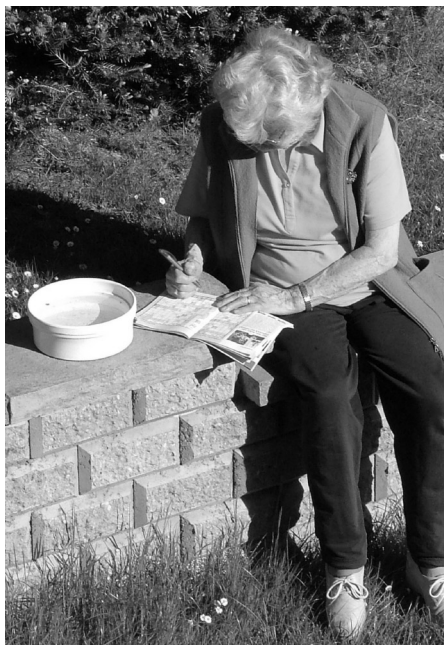
wenn sie das 50. Lebensjahr vollendet haben, schon als "Alte" einstufen, während Verwaltungsangestellte dieses Alters keineswegs als solche gelten.

Wir sehen also, "das Alter" ist kein allgemeingültiger Zustand, der sich mit einem bestimmten Lebensjahr einstellt. Altern ist ein Prozess, der mit der Geburt eines Menschen beginnt, den aber der eine schneller, der andere langsamer durchläuft.

*Auch bis in euer Alter bin ich derselbe
und ich will euch tragen
bis ihr grau werdet;
ich will heben und tragen und erretten.
Jesaja 46,4*

Die Angst vor dem
Altwerden

Die meisten Menschen fürchten die Verluste, die das Alter mit sich bringt. Sie haben große Angst vor dem körperlichen Verfall. Krankheiten und auch



Altersschwäche können zum Verlieren der Selbstständigkeit führen, möglicherweise zur Pflegebedürftigkeit. Dauerhaft abhängig sein - welch' schreckliche Vorstellung.

Eine weitere Angst ist die vor dem geistigen Abbau, der Abnahme der Hirnleistung. Vor langsam beginnender Gedächtnisschwäche, die vielleicht in einer Demenz endet, in deren Folge der Betroffene nicht mehr in der Lage ist, sein Leben selbst zu organisieren und seinen Tagesablauf zu gestalten. Die Herrschaft über seine Sinne zu verlieren - für manchen Menschen das Schlimmste, das ihm widerfahren kann.

Mancher erschrickt über den Gedanken, im Alter einsam zu sein. Die Vorstellung, allein, ohne Partner, ohne Freunde zu-

rückzubleiben, weit weg von den Kindern zu wohnen, löst in vielen Menschen Panik aus.

Schließlich ist da noch die Angst vor dem Verlust des Lebens - die Angst vor dem Tod. Dieser steht ganz in der Nähe, klopft an die Tür. Beim betagten Menschen gehört er zur Gegenwart und nicht mehr - wie beim jungen - in die Zukunft.

Alt werden und dabei jung bleiben
"Im Grunde haben die Menschen nur zwei Wünsche: Alt zu werden und dabei jung zu bleiben." (Peter Bamm)

Was kann der Mensch tun, um sehr alt zu werden? Gute Gene sind zweifellos Voraussetzung, aber leider nicht selbst zu beeinflussen. Wichtig und weitgehend selbst zu steuern ist die "richtige" Lebensweise.

Demografen haben die Zentren der Langlebigkeit in Bergdörfern auf Sardinien, auf Okinawa in Japan und im kalifornischen Loma ausgemacht, berichtet die Zeitung "National Geographic" vom

*Mein sind die Jahre nicht,
die mir die Zeit genommen.*

*Mein sind die Jahre nicht,
die etwa möchten kommen.*

*Der Augenblick ist mein,
und nehm ich den in Acht,*

*so ist der mein,
der Jahr und Ewigkeit gemacht.
Andreas Gryphius*



*Im Grunde haben
die Menschen
nur zwei Wünsche:
Alt zu werden
und dabei jung zu bleiben.*

Peter Bamm



Januar 2006. Weiter steht dort, dass diese Menschen, die in drei so weit voneinander entfernten Gebieten der Erde leben, trotz vieler Unterschiede in Lebensweise und Religion einige wesentliche Gemeinsamkeiten haben. Alle rauchen nicht, setzen die Familie an die erste Stelle, sind jeden Tag aktiv, suchen Gesellschaft, essen Obst, Gemüse und Vollkornprodukte.

Garantien gibt es natürlich nicht. Aber zum Nachdenken und Nachahmen dürfen wir uns davon anregen lassen.

Sollten die genannten Vorschläge einer guten Lebensweise dazu geführt haben, dass ein Mensch sehr alt geworden ist und sich bester Gesundheit freut, wie kann er sich nun auch noch jung füh-

len? Dazu schreibt Hannelore Schlaffer, eine bekannte Essayistin und Publizistin in ihrem Buch "Das Alter" folgendes. "Eigentlich gibt es kein Alter, denn wer alt und glücklich ist, kann sich für jung halten." So einfach ist das also!

Der Mensch ist tatsächlich so alt (oder jung) wie er sich fühlt!

Karin Seidel
Zschorlau

Pflegedienstleiterin
HERR-berge Burkhardtgrün





Aufbruch im Alter

Älterwerden, Altwerden ist eigentlich selbstverständlich und doch tun wir uns oft schwer, die neue Situation anzunehmen. So wie früher kann ich dieses und jenes nicht mehr. Ich bin nicht mehr so schnell, ich sehe und höre nicht mehr so gut. Die Liste kann fortgesetzt werden. Und dennoch, dieses Leben muss ich nicht einfach hinnehmen, ich darf es ganz neu *erleben*, meine Erfahrungen machen. Ich brauche mich nicht an den Grenzen zu stoßen, ich darf auch im Alter an Gottes Wertschätzung festhalten. *“Du bist wert geachtet in meinen Augen” (Jesaja 43, 4).* Und dann merke ich, ich kann aufbrechen; ja, ich werde zu neuen Aufbrüchen gedrängt.

Ein sehr wichtiger Schritt aufzubrechen, Neues zu wagen, ist für mich, dass ich

Ja sage zu meiner Situation, dass ich mich freue, dieses und jenes noch zu können, eben dass ich meine Perspektive ändere.

Ähnlich haben es Abraham und seine Frau Sara erfahren. Eingebunden in einen Familienverband, umsorgt, behütet, versorgt, lebten sie ihr Leben zurecht und geborgen, auch in ihrem Älterwerden. Da hat Abraham der Ruf Gottes erreicht, aufzubrechen:

“Geh aus deiner Heimat und aus deiner Verwandtschaft und aus deinem Vaterhaus in ein Land, das ich dir zeigen will... Und ich will dich segnen” (1. Mose 12, 1 ff).

Das Gewohnte hinter sich zu lassen, mit Gott unterwegs zu sein, bedeutet zu allen Zeiten des Lebens Aufbruch aus dem bisherigen und gewohnten Leben, bedeu-





*Alt sein ist ein herrlich Ding,
wenn man nicht verlernt hat,
was anfangen heißt.*

Buber

tet Trennung, Lösung von Bindungen und Ansehen, Verhaltensweisen und festgefahretem Gedankengut. Abraham hat die Entscheidung getroffen, bekannte Wege verlassen und sich auf neue Wege und auf Neues eingelassen. Er war bereit, den Weg zu gehen, den Gott führen will. *“Da zog Abraham aus, wie der Herr ihm gesagt hatte”* (1. Mose 12,4). Bei Abraham erlebe ich: Wo im Glauben aufgebrochen wird, verändert sich das Leben. Die Menschen um Abraham haben das sicher auch festgestellt. Etwas Unerhörtes ist da geschehen. Da geht einer ins Ungewisse. Was er seither hatte, das war gewiss. Was Gott ihm verheißt, ist ungewiss. Wie es ihm mit Gott gehen wird, ist nicht abzuschätzen. Und dennoch, Abraham bricht auf. Er vertraut Gott. Er macht sich mit seinem ganzen Leben an Gottes Wort fest. Und genau das ist es auch, was ihm bleibt, was ihm zum Halt wird. Der erste Schritt vom Hören zum Tun ist der Entscheidende. So ist gelebter Glaube. In der Erwartung, dass Gott zu seinem Versprechen steht und im Hoffen auf die Zuverlässigkeit Gottes, bricht Abraham auf und wagt Schritte ins Unbekannte.

Abraham hat sicher seine Grundhaltung zum Lebensalltag geändert und die neue Lage begriffen. Ich wünsche, dass wir das auch begreifen. Dann verstehen wir: Zur neuen Situation gehören auch neue Maßstäbe. Alte, liebgewordene Verhaltensweisen sind zu verlassen. Was

bisher Lebensinhalt war, ist loszulassen. Vielfach verunsichert das, lässt uns schwanken. Dann aber werden wir frei für das, was Gott vorgesehen hat, was wir tun können und was in die neue Lebenssituation hineinpasst.

Obwohl bei Abraham auch immer Schwächen und Rückfälle in seiner Lebensführung festzustellen sind, kann ich bei ihm lernen, was es heißt, mit Gott neu aufzubrechen, mit Gott unterwegs zu sein, an Gott festzuhalten und ihm zu vertrauen, Neues zu wagen, neue Aufgaben in Angriff zu nehmen.

Auch ich mache mich erneut an der Zusage unseres Herrn fest. Ich glaube ihr. Ich bekunde mein wiedergefundenes Vertrauen und breche immer neu auf in meinem Alter in der Gewissheit, der Gott und Vater Jesu Christi, der mich gerufen und beauftragt hat, der mir Verheißungen zugesagt hat, der wird mich nicht verlassen. Gott lässt das angefangene Werk nicht einfach liegen. Es darf weiter geführt und vollendet werden. Der geistliche Neubeginn Abrahams ist nicht durch eine Fülle von Aktivitäten gekennzeichnet, sondern indem Sünden überwunden, Vergebung erfahren und Gehorsam gelebt wird.

Mit dem Liederdichter will ich *“Schritte wagen im Vertraun auf einen guten Weg.”*

Gertrud Michelmann

Gründau

Pastorin i. R.





Das Leben vor sich bringen - Glaube im Alter

Statement einer Religionspädagogin

Das Leben hält viele Herausforderungen bereit, es steckt voller Entwicklungsmöglichkeiten und -aufgaben. Was den Glauben eines Menschen anbelangt, so werden die Schwerpunkte bei den Möglichkeiten und Aufgaben einer Glaubensentwicklung auf Kindheit und Jugendalter gelegt.

*Wer in der Jugend einen Weinberg anlegt,
hat im Alter Trauben.*

Anonym

Besonders in diesen jungen Jahren gilt es, den Glauben des Menschen zu begleiten, zu fördern, zu unterstützen, Chancen wahrzunehmen und Risiken für die Glaubensentwicklung zu minimieren. Dies ist gut und richtig so; gleichwohl endet das Leben ja nicht mit dem Erreichen des Erwachsenenalters, vielmehr warten lebenslang Herausforderungen, Entwicklungsmöglichkeiten und -aufgaben auf den Menschen, auch und gerade im Alter, auch und gerade, was den Glauben des alten Menschen anbelangt.

Der alte Mensch hat das Leben hinter sich gebracht, er ist beinahe am Ende seines Lebens angekommen; die noch zu erwartende Lebenszeit ist kurz, zumindest ist sie überschaubar. Dabei gehört es zum Menschen, zu jedem Menschen,

auch zum alten, dass er auf Zukunft hin ausgerichtet ist, dass er sich und sein Leben entwirft über die Gegenwart hinaus, dass er kommende Zeit gestalten, planen und erleben will. Altgewordene haben aber in der Zukunft nur noch wenig Leben zu erwarten, vielmehr erwartet sie der Tod. Darum ist es eine Herausforderung für den alten Menschen, sich der Realität des nahenden Todes zu stellen und mit dieser zurechtzukommen, sie zu bewältigen, in das noch verbleibende Leben zu integrieren.

So ist es eine notwendige Entwicklungsaufgabe im Alter, das gelebte, das hinter sich gebrachte Leben anzunehmen und im Letzten zu bejahen.

Der christliche Glaube hilft bei dieser unerlässlichen Entwicklungsarbeit, indem er die Hoffnung auf Rettung aus dem Tod, auf Vollendung des einzelnen Menschen und der ganzen Welt in sich trägt. Der alte Mensch erwartet dann seine Zukunft von Gott und hat somit nicht nur sein Leben hinter sich gebracht, sondern kann im Angesicht Gottes sein gelebtes Leben auch vor sich bringen. Das Leben vor sich zu bringen bedeutet zum einen, das gelebte Leben, die Vergangenheit, zu bewältigen, es bedeutet aber auch, die Vergangenheit neu zu gestalten, im Licht der Liebe und Gnade Gottes betrachten zu können, einen versöhnten Blick auf Gewesenes werfen zu dürfen und vor



Mit einem versöhnten Blick das hinter sich gebrachte Leben noch einmal vor sich selbst bringen.

sich zu sehen. Diese Annahme des gelebten Lebens durch den Alternden darf allerdings nicht damit erkaufte werden, dass das Fragmentarische, das Bruchstückhafte und Widersprüchliche übersehen und Schuld übergangen wird. Die Abgründe der menschlichen Existenz können gerade im Angesicht des Todes nicht verharmlost werden.

So gilt es im Alter, das hinter sich gebrachte Leben vor sich selbst zu bringen als von Gott gewolltes und bejahendes, als liebevoll begleitetes Leben, das zu Ende gehen und in die liebevollen Hände Gottes eingehen wird mit allem Gelungenen und Sinnhaften, mit allem Misslungenen und Sinnlosen, mit allen gemeisterten Herausforderungen und angenommenen Chancen, mit allem Versagen und Verfehlen. Gleichgültig, ob

wir unser gelebtes Leben als das berühmte "halb volle" oder "halb leere" Glas betrachten und empfinden mögen, Gott wird es ganz sicher randvoll machen.

Dass diese Haltung des alten Menschen im Glauben gelingen kann, ist Aufgabe des einzelnen Menschen; sie kann unterstützt werden durch Familie und Gemeinde - und ist letztlich Geschenk Gottes.

Claudia Schlenker
Tübingen

Diplom-Theologin
Theologische Hochschule
Reutlingen





Nicht nur die Jugend ist unsere Zukunft!

Interview mit dem Sekretär für Seniorenarbeit

FrauenWege: Wie gehen Gemeinden mit alten Menschen um?

Erwin Ziegenheim: Hoffentlich sehr angemessen! Ich stelle die Rückfrage: Wer sind die "Alten" in den Gemeinden? Seniorenarbeit berührt eine Lebensspanne von vier Jahrzehnten vom Vorruheständler bis zur Hochbetagten. Seniorenarbeit ist wie z. B. Kinderarbeit eine differenzierte Sache geworden. Die "Alten" werden aber oft genug immer noch unter den Vorzeichen "schwach, krank und einsam", also defizitär, beschrieben.

Angemessen mit jüngeren oder älteren Seniorinnen und Senioren umzugehen bedeutet, sich ihnen zuzuwenden, wenn Hilfe nötig ist, und es heißt auch, ihre Kompetenzen, ihre Kenntnisse und Fähigkeiten zu entdecken und sie zu ermutigen oder Chancen zu eröffnen, diese auch einzusetzen.

FrauenWege: Was wird von der Zentralkonferenz (ZK) getan, um Senioren zu unterstützen?

Erwin Ziegenheim: Die ZK selbst hat dazu wenig Möglichkeiten. Die Akzente setzen die drei Jährlichen Konferenzen und noch entscheidender die einzelnen Gemeinden. Als ZK-Team für Seniorenarbeit geben wir für Mitarbeitende die Zeitschrift "Horizonte" heraus und wir koordinieren die Öffentlichkeitsarbeit.

In den Konferenzen sieht es unterschiedlich aus. Im Süden wurde jetzt eine Stelle mit 25 % genehmigt - für drei Jahre. Ein kleiner Schritt angesichts der wachsenden Zahl Älterer auch in den Gemeinden. Durch die Stelle sollen vor allem Mitarbeitende unterstützt und der Kontakt zur Basis verstärkt werden.

FrauenWege: Wie stellt sich die Kirche zu Seniorinnen und Senioren?

Erwin Ziegenheim: Die ZK und die Jährlichen Konferenzen haben die Wichtigkeit der Arbeit mit und für die Älteren immer wieder betont. Das ist auch nicht schwer - im Gegensatz zu praktischen Schritten oder zur Bezahlung von Personen. In praktische Arbeit umgesetzt werden solche Verlautbarungen aber wohl auch in Zukunft von Menschen, die ein Herz für Ältere haben. Ich freue mich über Jüngere und über "Jungsenioren", die sich für noch Ältere engagieren. Die Kirche, das sind auch die Gremien, aber in solchen Situationen noch wichtiger die Menschen, die sie mit Leben füllen. Da freue ich mich über jede Rückmeldung oder Rückfrage.

*Wie alt man geworden ist,
sieht man an den Gesichtern derer,
die man jung gekannt hat.*

Heinrich Böll



FrauenWege: Inwieweit sind Senioren die Zukunft der Gemeinden oder sind sie nur Zukunftsaufgabe?

Erwin Ziegenheim: Die EmK ist statistisch gesehen ein recht genaues Abbild der Gesellschaft. Das ist das Ergebnis einer Untersuchung in der EmK von Simone Heckmann. Entsprechend der demographischen Entwicklung wird auch in der EmK der Anteil der über 60-Jährigen in ca. 15 - 20 Jahren ein Drittel betragen. Bei einigen Gemeinden ist das schon heute Realität und sie fangen an, das Potential der Älteren auch zum Anknüpfungspunkt für missionarische Arbeit zu nehmen. Das begeistert mich.

Die Zukunft der Gemeinde sind engagierte Christinnen und Christen, missionarisch gesinnte Menschen aller Altersstufen - auch der Seniorinnen und Senioren. Aus dieser Aufgabe wird man als Christ nie entlassen, auch wenn sich im Alter die Engagementformen verändern. Die Begleitung von Älteren ist und bleibt eine unausweichliche Aufgabe für die Gemeinden - im Geflecht der verantwortlichen Familien und von

ambulanten oder stationären Hilfen. So gewinnt Liebe konkrete Gestalt, das strahlt aus! Ein Auge kann man dabei besonders haben auf die Bewältigung von Übergängen im Alter; ich denke da an Ruhestand, Tod des Partners/der Partnerin, Wohnveränderungen oder an kräftemäßige Einschnitte.

Unbekannter und herausfordernder ist es, dass es Gemeinden gelingt, die Kompetenz und Kapazitäten von Jungen Senioren auch für die Gemeindearbeit zu gewinnen. Anregungen und Hilfen dazu sind z. B. auf der Seniorenhomepage (www.emk-seniorenarbeit.de) zu finden - oder bei mir abzurufen.



Erwin Ziegenheim
Neulingen
Pastor



Carpe diem - Nutze den Tag!

Statement aus der Gemeindearbeit

Auch in unseren Gemeinden stellen wir denselben Trend fest, den die demographische Entwicklung in unserem Land zeigt. Die Zahl der älteren Menschen hat im Vergleich zu den jüngeren zugenommen und wird immer noch zunehmen. Dies stellt uns vor große Aufgaben, zumal wir in unserer Gesellschaft und leider auch manchmal in den Gemeinden einen "Jugendwahn" beobachten - und das bei gleichzeitiger Abwertung und Entwürdigung des Alters. Daher sollte eine vordringliche Aufgabe in unseren Gemeinden sein, diesem Denken Einhalt zu gebieten. Wir müssen deutlich machen, dass das Alter fundamental zum Leben gehört und dass es eine der zentralen Aufgaben des Menschseins ist, sich dem Prozess des Alterns zu stellen.

Wir sollten unsere Senioren auch nicht ausgrenzen, sondern immer versuchen, sie mit anderen Gruppen zusammenzubringen. Schön könnte ich mir vorstellen, unsere Kinder und Jugendlichen manchmal mit ins Programm der Seniorenkreise aufzunehmen. Sie könnten zum Beispiel musikalische Beiträge einbringen, sich an der Dekoration des Raumes beteiligen oder beim Bedienen an der Kaffeetafel helfen. Bestimmt würden beide Altersgruppen davon profitieren. Außerdem könnte man Ältere bitten, von früher zu erzählen - das wünschen sich zum Beispiel meine Enkelkinder öfters von mir. Denn gerade da, wo die Generationen aufeinander treffen, kann man beobachten, dass man mit viel Respekt miteinander umgeht.

In unseren Gemeinden haben wir teilweise sehr rüstige und fähige ältere Menschen, die wir motivieren sollten, sich nach ihren Möglichkeiten in den Seniorenkreisen einzubringen.

Ich denke nicht, dass wir mehr Seniorenkreise in unseren Gemeinden brauchen, sondern mehr Mitarbeitende aus allen Altersgruppen. Dies würde die Programme vielgestaltiger machen und die mitarbeitenden, älteren Geschwister würden durch ihre Aktivität für sich selbst profitieren. Gute Erfahrungen habe ich auch mit ehrenamtlichen Tätigkeiten älterer Menschen gemacht, die sich in Besuchs- oder Begleitsdiensten in Pflegeheimen oder bei nicht mehr mobilen Gemeindegliedern einbringen. Diese ehrenamtlichen Tätigkeiten in Pflegeheimen, aber auch in Hospizdiensten, werden in hohem Maße von Menschen jenseits der beruflichen Tätigkeit geleistet. Diese Arbeit ist sehr wichtig, zumal unser Sozialsystem in Zukunft nicht mehr ohne ehrenamtliche Tätigkeit be-





zahlbar sein wird. In aller Regel geschieht diese Arbeit auf ökumenischer Ebene, funktioniert an der Basis recht gut und fördert außerdem die zwischenkirchlichen Beziehungen.

Wichtig ist außerdem, die körperliche Beweglichkeit bei Älteren zu unterstützen, denn diese trägt auch zur Förderung der geistigen Beweglichkeit bei. Dies könnte in gymnastischen Übungen, Spaziergängen und kleineren Wanderungen geschehen, wobei immer versucht werden sollte, möglichst alle Teilnehmenden zu integrieren. Ähnliches

TIPP: An der Theologischen Hochschule Reutlingen sind Gaststudentinnen und -studenten, auch "älteren Semesters", gerne willkommen. Die Erfahrungen der letzten Jahre zeigen, dass ein "Seniorenstudium" für alle Beteiligten ein Gewinn ist. Je nach Interessenlage und Zeitbudget können entweder einzelne Lehrveranstaltungen besucht oder ein reguläres Studienprogramm absolviert werden. Nähere Informationen unter www.th-reutlingen.de oder Telefon: 07121 92590

gilt auch für regelmäßiges Gedächtnistraining.

Programmpunkte, die in unseren Seniorenkreisen nicht fehlen sollten, sind Bibelbetrachtungen, Andachten, Gebete und das Singen alter und neuer Lieder.

Ein anderes wichtiges Thema für unsere Älteren liegt mir am Herzen. Wir sollten ihnen zeigen, wie sie mit Leid, Krankheit oder schwerer Behinderung leben und umgehen lernen, wie sie dankbar

und zufrieden leben können. Wenn junge Menschen sehen, wie Ältere trotz Krankheit und oft schwerer Behinderung dankbar und zufrieden sind, können sie für die Jungen zum Segen werden.

Ebenso wichtig finde ich, ältere Menschen zu motivieren, die Begrenztheit des Lebens anzunehmen und eine positive Einstellung zu ihrer eigenen Endlichkeit zu bekommen. Dies lässt sie scheinbar Wichtiges als nebensächlich betrachten, gibt den Blick frei für das Wesentliche und trägt auch zu ihrer Würde bei.

Ich wünsche uns, dass das "memento mori" (Bedenke, dass du sterblich bist) zu einem intensiveren Leben führt - zu einer Haltung des "carpe diem" (Nutze den Tag) für Junge und für Ältere.

Dr. Karin Schlagenhauf
Balingen-Frommern
Laienpredigerin





Beobachtungen

Statement aus dem persönlichen Umfeld

Was erlebe ich im Umgang mit alten Menschen im Bezug auf das Thema "Alter annehmen? Wertschätzung und Würde des Alters in meinem Umfeld? Was kann ich lernen?"

Gerade bin ich bei einem großen Jubiläumswochenende in meiner alten Gemeinde gewesen. Alle sind 30 Jahre älter geworden. Viele sind bereits ge-

storben; viele kennen mich nicht mehr und ich sie auch nicht. Ein paar Beobachtungen möchte ich hier wiedergeben:

Da sah ich die, die so richtig "in sich ruhen", sie müssen keinem beweisen, wie fit sie noch sind und was sie noch alles können. Sie nehmen ihr Alter an und leben frei nach dem Prediger Salomo, der sinngemäß sagte: Alles hat seine Zeit, die Jugend und das Alter, das Aufbrechen und Warten, das Annehmen und Loslassen, das Aufstehen und Ausruhen. Sie stehen zu ihrer Gebrechlichkeit, zu ihrem langsameren Tempo und sie stehen zu ihren Defiziten, vielleicht auch zu ihrer Schwerhörigkeit. Da sah ich die, die scheinbar nur 20 oder 15 Jahre älter

geworden sind. Ihr Fit-Sein gehört zu ihnen, sie trainieren ihren Geist in der Theatergruppe, gehen zur Gymnastik und fahren Fahrrad, lernen eine neue Sprache, gehen mit dem Computer um, schreiben Gedichte und engagieren sich ehrenamtlich.

Doch da gibt es auch solche, die ihr Alter nicht annehmen können. Sie singen mit



Wertschätzen durch Ernstnehmen



*Möge auch dann,
wenn du alt und schwach wirst,
ein Glanz von dir ausgehen,
weil du die Herrlichkeit
des Höchsten widerspiegelst.*

Lorry Lutz

80 Jahren Sopran im Kirchenchor, färben ihre Haare und wundern sich, dass ihre Kinder bald 50 sind. Da gibt es die, die nicht loslassen können, die schon jahrelang ihre Ämter und Aufgaben und ihre Pöstchen haben. Keine oder keiner ist so ehrlich, ihnen zu sagen, dass sie ihr Amt abgeben dürfen. So werden und wirken die Erinnerungen einer 85-Jährigen, die sich mit den bunten Blättern ihres Redemanuskripts total verzettelt, äußerst peinlich. Die Zuhörer reagieren mit Unruhe und manche verdrehen die Augen. Schade! Solche Menschen identifizieren sich leider nur über ihre Leistung. Sie meinen, nur etwas wert zu sein, wenn sie etwas leisten können. Sie fühlen sich nur wohl, wenn sie erzählen, was sie alles für die Gemeinde, ihre Kinder und Enkel, die Nachbarschaft und die Freunde tun, wenn die Nächte kurz sind und der Terminkalender voll. Je mehr Bewunderung sie bei ihren Erzählungen ernten, umso besser geht es ihnen.

Aber woher kommt diese Einstellung? Wurde diesen Personen etwa ihr Leben lang eingetrichtert: "Du bist nur etwas wert, wenn du etwas leistest"? Kann ich es mir heutzutage überhaupt leisten, alt zu werden? Kann ich es mir leisten, nichts mehr zu tun, oder bin ich dann nichts mehr wert, bin abgeschrieben, nicht mehr gefragt und werde vergessen?

Wie können wir mit alten Menschen so umgehen, dass sie sich wertvoll und würdig erleben? Ich denke, indem sie merken, ihr Rat ist gefragt. Indem sie merken, sie können am Leben der Kinder und Enkel Anteil nehmen. Indem sie merken, sie werden ernst genommen, sie können ihre Erinnerungen an den Mann bringen, auch wenn sie eine Episode am Tag vielleicht dreimal erzählen.

Oder liegt die Ursache nicht schon viel früher? Haben diese Personen gelernt, sich selbst anzunehmen? "Liebe deinen Nächsten wie dich selbst", sagte Jesus.

Ich muss mich mit allen Stärken und Schwächen zunächst einmal selbst annehmen und dann kann ich auch mit den Stärken und Schwächen der anderen umgehen, dann kann ich einem älteren Menschen Respekt und Wertschätzung entgegenbringen, auch wenn er keine Feste mehr gestalten, keine Strümpfe mehr stricken und kein Quittengelee mehr kochen kann. Er ist wertvoll, in seiner Person, aus seinem gelebten Leben heraus.

Ich wünsche uns, dass wir uns so liebevoll begegnen und uns in allen Lebensphasen als Kinder Gottes annehmen können.

Cornelie Hecke
Murrhardt

Altenpflegerin
und Pastorenfrau





Stolperstein



“Wow, du siehst echt umwerfend aus, Moni!” “Meinst du?”, lächelt mich meine Freundin an, “Nicht zu dick aufgetragen?” “Nein, wirklich nicht. Du siehst klasse aus!” Bewundernd wandert mein Blick von ihren Stiefeln über den knappen Rock zu einem Top mit umwerfendem Ausschnitt. “Wow”, sage ich noch einmal, “wirklich echt stark.” “Naja, dein Look ist heute aber auch nicht von schlechten Eltern”, meint Moni. Ich fange an zu kichern. “Was ist los? Was gibt’s da zu kichern?” fragt Moni. “Wie früher, aufgebrelt von Kopf bis Fuß ins Rock-Konzert.”

“Klar, warum auch nicht? Wir sind jung!” “Ja, ja, nur schlappe 35 Jahre älter”, erwidere ich lachend.

“Na und, was soll’s? Los komm, jetzt holen wir noch Steffi ab und dann genießen wir einen traumhaften Abend!”

Ich hake mich bei Moni unter, und so stapfen wir die Einfahrt zu Steffis Haus hinauf. Erwartungsvoll drücken wir auf den Klingelknopf. Drinnen ertönt eine Kinderstimme: “Ich will aufmachen!” Die Haustür wird aufgerissen und vor uns steht ein kleines Mädchen und mustert uns neugierig.

Sie strahlt uns an und klatscht begeistert in die Hände: “Mami, Mami, guck mal, viele Omis!”

Hinter ihr tauchen eine junge Frau auf und Steffi, die verlegen lächelt: “Darf ich vorstellen, meine Enkeltochter...”

“Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen ...”

Entwurf für die Praxis

Ziel

Nachdenken über das eigene Lebensalter und dabei die “Spuren des Lebens” wahrnehmen, sie benennen und wertschätzen. Gleichzeitig ein Innehalten, ein “Durchatmen” im Blick auf die Jahre, die noch vor uns liegen. Mit der Frage nach dem Wohin und Wozu am Ende einen ganz persönlichen Ausblick, eine Richtung, aufzeigen.

20

Vorbereitung

Auf drei große Plakate wird jeweils der Umriss einer Frau/einer Person gezeichnet. Dicke Stifte bereit legen. Karten mit einem Fußabdruck (Fußabdruck zeichnen und fotokopieren).

Einstieg

Jede von uns hat ein bestimmtes Lebensalter erreicht. Wir haben vieles er-



lebt: Gutes und Schweres, Schönes und Leidvolles, Erlebnisse, über die wir lachen können oder über die wir geweint haben. Wir sind älter geworden, Jahr um Jahr, und es werden noch weitere Lebensjahre dazu kommen.

Impuls (ca. 10 Min.)

In manchen Situationen spüren wir, dass bisher Gewohntes und Getanes nicht mehr so leicht von der Hand geht. Dass manchmal der Körper mit Einschränkungen reagiert, wo er doch vor einiger Zeit ganz normal reagiert hat. Wir spüren die Zeichen der Zeit ganz konkret: Die Augen werden schlechter, der Rücken tut weh, oder ganz besonders das Knie. Wir alle können davon ein Lied singen. Deshalb lade ich Sie ein, in einer ersten Runde diesen Veränderungen nachzuspüren, sie zu benennen und aufzuschreiben. Es darf alles genannt wer-

*Ich bin zu alt, um nur zu spielen,
zu jung, um ohne Wunsch zu sein.*

Goethe, Faust I

den, es gibt kein Auswählen oder Bewerten der Äußerungen. Ebenso können Schwierigkeiten genannt werden, die sich nicht unbedingt körperlich äußern: Depression, Ängste, usw.

Dazu wird eines der vorbereiteten Plakate in die Mitte gelegt, und jede Teilnehmerin ist eingeladen, ihre körperlichen Veränderungen, Einschränkungen, zu nennen und aufzuschreiben. (Beispiel: Arthrose in den Knien - dies wird dann zu den Knien geschrieben, nachlassende Sehkraft, Gleitsichtbrille - dies wird zu den Augen geschrieben.) Am Ende der Runde wird das beschriftete Plakat zur Seite gelegt.





Impuls (ca. 10 Min.)

Die Lebensjahre haben uns geprägt. Durch das, was wir erlebt haben, sind wir die geworden, die wir heute sind. Durch die Jahrzehnte haben sich viele Erfahrungen angesammelt, haben wir viel Positives erlebt.

Nun wird ein zweites Plakat in die Mitte gelegt und wir tragen zusammen, was uns wichtig geworden ist, was wir gelernt haben. (Beispiel: Gefühle wahrnehmen - zum Herzen schreiben.)

Am Ende der Runde werden beide Plakate zusammen in die Mitte gelegt. Die Frauen werden eingeladen, die Plakate still zu lesen und auf sich wirken zu lassen.

Gesprächsrunde (ca. 15 Min.)

Es folgt ein Gespräch über die Aussagen auf den beiden Plakaten. Folgende Impulse können aufgenommen werden:

- * Welche Sicht überwiegt im eigenen Leben: Die Sicht auf die Einschränkungen, die wir durch unser fortschreitendes Älterwerden erlebt haben und noch erleben werden? Die Sicht auf die positiven Erfahrungen, die Begegnungen mit lieben Menschen, die hilfreichen Spuren?
- * Unser Leben wird immer wieder durch Verlust und Loslassen, Abschied nehmen von Vertrautem und Liebgewordenem bestimmt. Wie gehen wir damit um? Was gibt Halt, Vertrauen und Zuversicht, sich immer wieder aufzumachen und den nächsten Abschnitt, die nächste Lebensetappe, zu gehen?
- * Das, was wir erlebt haben, was uns geprägt hat, ist wichtig! Es gehört unauslöschlich zu uns. Es macht unsere Persönlichkeit aus - deshalb muss es wertgeschätzt werden.
- * Niemand ist perfekt, und es gibt keine perfekte Lebensgestaltung.



*Das Alter ist ein Tyrann,
der bei Lebensstrafe
alle Vergnügungen
der Jugend verbietet.
La Rochefoucauld*

* Wie kann es gelingen, das eigene Leben mit den unterschiedlichsten Höhen und Tiefen zu akzeptieren?

Impuls (ca. 10 Min.)

Egal, in welcher Lebensphase oder Lebensetappe wir uns gerade befinden, es gibt immer etwas, das wir können. Das wir sogar gut können.

Das letzte Plakat wird in die Mitte gelegt, und die Teilnehmerinnen werden aufgefordert, sich dem zuzuwenden, das sie können, das sie gut können, das sie heute tun und vor allen Dingen, das sie gerne tun! Die Aussagen werden in den Umriss der Person geschrieben.

Ausblick (ca. 10 Min.)

Die drei Plakate liegen neben einander. Dabei soll deutlich werden: Das Leben geht weiter. Wir müssen immer wieder aufbrechen, uns neu auf den Weg machen. Es warten Menschen und Begegnungen auf uns, eine neue Aufgabe, ein neues Ziel, für das es sich lohnt, sich einzusetzen. Dieses Ziel können/dürfen wir für uns selbst entdecken.

Die Ziele müssen an der Realität gemessen werden, an der Kraft, die zur Verfügung steht, an den Ressourcen, die jede ganz individuell mitbringt. Diese Ziele können Träume sein, die wir schon lange heimlich gehegt und uns nicht getraut haben. Sie können auch Notwen-

digkeiten sein, weil jemand anders sieht, dass jetzt hier gerade Einsatz gezeigt werden muss.

In der Mitte liegen, neben den beschrifteten Plakaten, die fotokopierten Fußabdrücke und Stifte. Die Teilnehmerinnen sind eingeladen, sich einen Fußabdruck zu nehmen und für sich selbst ein Ziel zu formulieren.

Schlussrunde (ca. 10 Min.)

Wer möchte, kann in einer abschließenden Runde sein gefundenes Ziel nennen.

Die Runde schließt mit der Ermutigung, dass es sich lohnt, sich immer wieder auf den Weg zu machen und sein Ziel im Auge zu behalten, ganz egal wie alt wir sind!

Segen (Vorschlag: EM 768)

Alternative

(für Gruppen, in denen Offenheit und Vertraulichkeit schwierig sind):

Alle drei Plakate werden gleichzeitig beschriftet; dazu werden sie jeweils auf einem Tisch ausgelegt und die Frauen beschreiben die Plakate in einer ruhigen Phase mit ihren Gedanken.

Die Impulse werden als Einstieg in einem Block gegeben; der Austausch beginnt dann mit dem ersten Plakat und endet in der Zusammenschau wie unter "Ausblick" beschrieben.



Eva Sautter
Dortmund
Sozialdiakonin



Literaturtipps: Alter

Erzähl mir dein Leben: Ein Fragebuch an Oma und Opa.

Martin Gundlach (Hg.). SCM Collection, 18,95 Euro.

Diese Idee bietet die Möglichkeit, Kindern und Enkeln Lebenserinnerungen zu vermitteln, die sonst verloren gingen und dabei für sich selbst die Vergangenheit zu reflektieren.

Das beste Alter ist jetzt!

Kristina Schäfer, Coppenrath, 6,95 Euro.
Attraktives, illustriertes Geschenkbändchen mit Zitaten berühmter Persönlichkeiten zum Thema Älterwerden.

Mit der Reife wird man immer jünger: Betrachtungen und Gedichte über das Alter

Hermann Hesse, Suhrkamp, 9,90 Euro.
Mit verschiedenen autobiographischen Skizzen und Essays über das Älterwerden und Alt sein und einigen seiner Gedichte werden wir mit hineingenommen in Hesses Beschreibungen der Lebenswandlungen.

Getröstet und geborgen. Geschichten und Gebete der Bibel.

Gottfried Mohr und Reiner Zeyher (Hrsg.), Deutsche Bibelgesellschaft, 12,90 Euro.

Noch ein Geschenkbuch, das sich insbesondere an ältere Menschen richtet, indem es vertraute biblische Geschichten ins Gedächtnis ruft, die Trost und Ermutigung

schenken. Zur Veranschaulichung dienen Klassiker der Kunstgeschichte sowie Liedtexte und Gebete.

Das Alter: Ein Traum von Jugend.

Hannelore Schlaffer, Suhrkamp, 15,00 Euro.

Aus der Kurzbeschreibung: Die Kapitel dieses Buches sind Stationen einer Reise durch das Alter: Krankheit und Schönheit, Todesangst und Lebenshunger usw. (siehe Artikel Karin Seidel, ab Seite 6)

Gib die Dinge der Jugend mit Grazie auf: Texte zur Lebenskunst.

Elisabeth Moltmann-Wendel, Radius-Verlag, 16,00 Euro.

Die Theologin und Feministin schreibt mit diesem Buch eine Botschaft an alle, wie sie mit der Tatsache, dass das Leben sich wandelt, gut umgehen können.

Leben ist Jetzt. Die Kunst des Älterwerdens.

Anselm Grün, Herder, 17,95 Euro.

Ohne die Schwierigkeiten des Älterwerdens zu verschweigen und zu beschönigen, lädt Grüns Buch ein zum Reflektieren und zum Innehalten und trotzdem froh in der Gegenwart zu leben und die kostbare Lebenszeit auch im Alter zu nutzen.

Das Alter kommt auf meine Weise. Lebenskonzepte heute für morgen.

Ilse Biberti und Henning Scherf. Südwest-Verlag, 16,95 Euro.

Aus der Kurzbeschreibung: Ilse Biberti und Henning Scherf sind Bestsellerautoren. Ihre beiden Bücher: "Hilfe, meine Eltern sind alt"





und "Grau ist bunt - was im Alter möglich ist" ragen heraus aus der Masse von Büchern zum Thema "Alter". Kein Wunder, denn die konstruktive, positive und humorvolle Haltung trifft auf breite Zustimmung. Beiden geht es um den respektvollen Umgang mit dem Alter, um das Ausloten von lebenswerten Möglichkeiten, die die Generation 50 plus, die Alten (70) und die Hochbetagten (90) haben. Sie stellen Chancen und Möglichkeiten des Alters vor, von der individuellen bis hin zur gesellschaftlichen Situation. Sie nennen die Bedürfnisse dieser Generationen und zeigen Wege, wie diese Bedürfnisse gelebt werden können. Sie setzen sich für die Entwicklung neuer Werte der Nächstenliebe ein.

So möchte ich älter werden.

Hanna Ahrens, Brunnen-Verlag, 9,95 Euro.
Die Autorin legt ihren Ausführungen Psalm 92 - Wenn sie auch alt werden, sollen sie dennoch grünen und blühen - zugrunde. Es macht Freude, das Buch zu lesen, es regt zum Nachdenken an, macht Mut und bringt zum Schmunzeln.

Ich werde älter - na und? Zufrieden und zielbewusst von der Lebensmitte bis ins hohe Alter.

Elisabeth Mittelstädt (Hrsg.), Brunnen, 9,95 Euro.
Kleiner Ratgeber, wie man mit den Herausforderungen des Älterwerdens umgehen und unnötigen Sorgen und Befürchtungen begegnen kann.

Weitere Titel sind im Internet zu finden unter www.emkfrauenwerk.de. Sämtliche Bücher können Sie über den Büchertisch Ihrer Gemeinde oder direkt bei Blessings4you beziehen.



Kalender Girls.

DVD, 8,95 Euro.

Toller Film, den man immer wieder anschauen kann. - Zeigt authentisch, komisch und zauberhaft eine Geschichte von Frauen um die 50, die mit viel Intuition und Erfindungsgabe Geld für eine Krebsstation erwirtschaften, indem sie einen Pin-Up-Kalender produzieren, in dem sie selbst vorkommen. Und das "in ihrem Alter"...

Sehr geehrter Herr Isaak. Briefwechsel mit biblischen Senioren.

Eckart zur Nieden, Brunnen-Verlag, 6,95 Euro.

Dr. Karl-Heinz Hecke schreibt dazu: Für den günstigen Preis bekommt der Käufer ein kleines, aber feines Büchlein, gut und interessant aufgemacht, bisweilen spannend zu lesen und immer wieder von überraschender Tiefgründigkeit. In fingierten Briefwechseln mit den "biblischen Senioren" Issak, Mose, Kaleb und Samuel bedenkt der Autor Lasten und Verheißungen des Alters, Glaubenschancen und allzu menschliche Beeinträchtigungen. Ich kann dieses kleine Buch nur zur Lektüre empfehlen, doch nicht nur den Senioren selbst, sondern auch all denen, die einmal "Senioren" werden (wollen).



zusammengestellt von
Marliese Gräse
Leingarten



Frauenfrühstück in Ellerbek - NJK

Im Rahmen der Vorstellungsrunde von Modellen von Frauenarbeit in den Konferenzen unter dem Jahresthema "Wo mein Herz schlägt" stellt sich die Gruppe Frauenfrühstück Ellerbek vor:



An wen richtet sich das Angebot?

Vor sechs Jahren organisierten wir das erste Mal das Frauenfrühstück in Ellerbek. Das Angebot richtet sich an alle Frauen. Ganz besonders möchten wir die Frauen ansprechen, die sonst nicht in die Kirche kommen. Viele Frauen bringen ihre Kinder mit, da wir Kinderbetreuung anbieten: mit Frühstück, Spielen, Basteln oder Filme anschauen.

Wie oft trifft sich die Gruppe?

Die Vorbereitungsgruppe trifft sich einmal vor dem geplanten Frühstück, um den organisatorischen Ablauf zu klären. Beim nächsten Treffen werden die Tische gedeckt und weitere Vorbereitungen getroffen wie Deko, Soundcheck, Vorbereitungen des Kinderraumes usw.

Am Tag der Veranstaltung selbst sind wir in aller Frühe im Einsatz. Nach dem Frauenfrühstück sind die Frauen zu einer offenen Gesprächsgruppe eingeladen. Bei einem Abschlussgespräch wird der ganze Tag dann reflektiert.

Alle Treffen des Frauenfrühstücksteams gestalten wir in gemütlicher Runde bei Tee und Gebäck oder auch mal bei einem Frühstück.

Wo liegen Chancen und Grenzen dieses Angebots für die Frauenarbeit?

Das Frauenfrühstücksteam wünscht sich Gemeindegewachstum und möchte die Frauen mit Jesus in Berührung bringen. Wir wollen Frauen die Möglichkeit geben, ins Gespräch zu kommen und sich auszutauschen. Außerdem sollen die Frauen Gelegenheit finden zum Auftanken und Genießen.

Räumliche Grenzen sind in unserer Gemeinde gesetzt. Genügend Mitarbeiterinnen im Vorbereitungsteam sind sehr wichtig und man braucht ausreichend Einnahmen (Eintritt für das Frauenfrühstück), um die Referenten und das Essen bezahlen zu können.

Welche Erfahrungen wurden mit dem Angebot gemacht?

Wir haben sehr gute Erfahrungen mit dem Frauenfrühstück machen dürfen. Immer wieder hörten wir, dass die Atmosphäre so liebevoll sei, das Frühstück lecker und abwechslungsreich, und dass die Dekoration und die Musik der Seele guttun. Die Referentinnen berühren mit ihren Vorträgen die Herzen der Frauen und bringen sie dem christlichen Glauben näher. In den Diskussionsrunden gelingt es den Referent/innen, lebhaftes Gespräche zu entfachen. Auch sie kommen immer gerne wieder nach Ellerbek zu unserem Frauenfrühstück. Wir spüren ganz stark den Segen Gottes in dieser Arbeit.

Sabine Wulf



vorstellen:

Frauenkreis Gornsdorf-Burkhardtsdorf - OJK

Als Frauen der beiden Gemeinden treffen wir uns einmal im Monat. Wir sind ca. 15 - 18 Frauen mit einem relativ hohen Altersdurchschnitt. Auf die gemeinsame Zeit im Frauenkreis freuen wir uns und haben viel Spaß miteinander.

Wir haben eine große Offenheit untereinander, und manche, die sich sonst im Hintergrund halten, trauen sich im Frauenkreis auch etwas zu. Das tut gut - uns, die wir im Vordergrund arbeiten und jenen, die nicht immer den Mut dazu aufbringen.

Was machen wir?

Meistens steht unser Treffen unter einem Thema, das nicht unbedingt in Bibelstunde und Gottesdienst besprochen wird. So haben wir uns in ei-



ner Frauenstunde einmal Gedanken darüber gemacht, wie Gottes neue Welt aussieht und haben in diesem Zusammenhang über die Edelsteine in der Bibel gesprochen. In der heutigen Zeit werden ja den Steinen die tollsten Bedeutungen zugesprochen - darum ging es aber bei uns nicht. Wir haben festgestellt, dass im Alten Testament viel die Rede von Edelsteinen ist, auch in der Offenbarung. Dank der modernen Technik konnten wir anhand von Bildern aus dem Internet die verschiedensten Edelsteine anschauen, ohne selbst welche zu besitzen. Doch bevor ein Edelstein wirklich ein Edelstein ist, muss er bearbeitet werden, und das nicht auf die sanfteste Art und Weise. Da wird er aus dem Berg gehauen und ge-

schliffen - und schon war die Parallele zu uns da. An uns muss Gott auch oft herumschleifen, manchmal schmerzhaft, manchmal sanft und am Ende wird etwas ganz Wunderbares daraus.

Gern feiern wir auch zusammen beim Grillen oder in der Weihnachtszeit.

Einmal im Jahr steht Basteln auf dem Plan. Manchmal laden wir Gäste ein, die uns mitnehmen auf eine gemeinsame Reise in Form von Bildern.

Im März jeden Jahres beteiligen wir uns

im Rahmen der Ökumene an der Gestaltung des Weltgebetstags.

Ein Termin, der uns besonders wichtig ist, weil wir dabei über den eigenen Tellerrand hinaus schauen und ge-

meinsam mit Frauen aus vielen Ländern und aus unseren verschiedenen Orten Gottesdienst feiern.

Als Frauen aus unseren Gemeinden sammeln wir auch immer wieder Geld für eine Familie in der Ukraine, die Not leidet. So können wir einen kleinen Beitrag leisten, damit es dieser Familie etwas besser geht. Durch den Briefwechsel können wir aber auch von ihnen lernen und nur staunen, wie groß ihr Glaube ist, trotz aller Entbehrungen und Leiden, die sie durchmachen. Dieser Kontakt ist ein großer Segen für uns.

Singen, lachen, beten, reden - das ist das, was wir Frauen in unserem Frauenkreis gerne miteinander machen.

Marlies Meischner



60 Jahre Weltgebetstag

Vor 60 Jahren wurde die Weltgebetstags-Gottesdienstordnung erstmals deutschlandweit verschickt. Vertreterinnen der neun Mitgliedsorganisationen des Weltgebetstags in Deutschland sowie Gäste aus aller Welt kamen am 11. und 12. November 2009 in Stein und Nürnberg zusammen, um diesen Anlass zu feiern. Abwechslungsreiche Interviews warfen beim Festabend Schlaglichter auf die letzten 60 Jahre Weltgebetstag in Deutschland. So berichtete u. a. Frau Dr. Ute Minor, die viele Jahre Vorsitzende des Weltgebetstagskomitees der DDR war, von den damaligen Schwierigkeiten z.B. die Liturgien zu kopieren, aber auch wie wichtig es für die Frauen war, sich in den großen Kreis der Beterinnen mit einzureihen.

In der anschließenden Fachtagung beleuchtete Frau Dr. Elfriede Dörr aus Rumänien den "Lernort Weltgebetstag". Der "Tisch der Ökumene" wurde von den Gästen mit Symbolen für die ökumenische Zusammenarbeit gedeckt. Die Methodistin Luise Scholz ließ seit 1927 die Weltgebetstagsarbeit zu einer starken Wurzel werden, nicht nur in unserem Frauenwerk. Heute feiern rund eine Million Menschen in Deutschland den Weltgebetstag jeweils am ersten Freitag im März. Weitere Informationen dazu auf www.emk-frauen.de.



Das neue Gesicht des Frauenwerks

Nun halten Sie es in Händen, das überarbeitete Logo des Frauenwerks, auch auf der neugestalteten Titelseite von *FrauenWege*. Angepasst wurden auch die

Frauenwerk



Evangelisch-methodistische Kirche

Vorlagen für Einladeflyer, Plakate und Programme, die Sie sicherlich bald erreichen werden.

Das neue Gesicht des Frauenwerks zeigt sich auch im Internet: Unter der neuen Adresse www.emk-frauen.de finden Sie viel Neues, aber natürlich auch weiterhin das *FrauenWege*-Archiv. In der Rubrik Service und Download gibt es das neue Logo zum Herunterladen, sodass Sie auch für die Veröffentlichungen Ihrer Frauengruppe das Logo zur Verfügung haben.

Seminartag für Frauen

23. Januar, Kirchentellinsfurt

Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm

„Ist meine Vergangenheit mein Schicksal?“

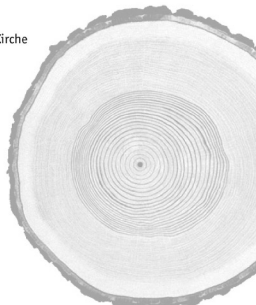
Evangelisch-methodistische Kirche
Schlossgartenstraße 8
72138 Kirchentellinsfurt

23. 1. 2010, 9 bis 16 Uhr

Referentin:
Christine Reinert

Kosten: 20 Euro
Ermäßigung möglich

Info: Rose Klemle, Telefon 07121 601976



Beispiel für ein Plakat im „neuen Outfit“



Abonnementverwaltung: Verabschiedung und Dank

Was zunächst als kurzfristige Zwischenlösung gedacht war, entpuppte sich schließlich als 17-monatige hauptamtliche Tätigkeit im Frauenwerk. Wir waren froh, dass Britt Müller die Abonnementverwaltung von *FrauenWege* während der Vakanz in der Geschäftsstelle übernehmen konnte.

Zwar ist es eine gewisse Entfernung vom Erzgebirge bis nach Stuttgart, aber mit Hilfe von PC, DSL und Telefon lässt sich so manches bewegen. Von Herzen danken wir Britt Müller für ihre zuverlässige und engagierte Mitarbeit. Im Ehrenamt wird sie weiterhin als Leiterin des Redaktionsteams *FrauenWege* tätig sein.

Dürfen wir vorstellen: Unsere neue Mitarbeiterin in der Geschäftsstelle

Irmtraud Klein

Ich wurde 1953 in Leonberg geboren. Als ich dreizehn Jahre alt war, starb mein Vater nach mehrjähriger Krankheit; an eine Berufsausbildung war daher nach dem Schulabschluss nicht zu denken.

Mit 21 Jahren heiratete ich. Mein Sohn kam 1976, meine Tochter 1979 zur Welt. Leider wurde die Ehe einige Jahre später geschieden. Ich zog mit meinen Kindern wieder nach Leonberg, wo mich ein Bruder der EmK-Gemeinde in den Chor einlud. So fand ich in der Pauluskirche Leonberg meine geistliche Heimat. Ich betreue nun dort den Büchertisch und beteilige mich am Lektorendienst.

Mit 50 Jahren holte ich meinen Berufsabschluss als Bürokauffrau

nach. Seit September 2009 bin ich in der Geschäftsstelle des Frauenwerks für die Verwaltung der Abonnements von *FrauenWege* und für allgemeine Sekretariatsarbeiten zuständig.

In meiner Freizeit engagiere ich mich im Vorstand der KZ-Gedenkstätteninitiative Leonberg e.V. und im Verein "Mittagstisch für Alle" der Pauluskirche Leonberg. Meine Hobbies sind Lesen, Gartenarbeit, Schwimmen, Rad fahren, Tiere.



Berichte von Veranstaltungen zum Jahresthema des Frauenwerks 2009/2010 „Wo mein Herz schlägt“

Regionalfrauentag in Köln

Am 17. Oktober trafen sich die Frauen der Region Bergisches Land/Rhein/Ruhr zu ihrem diesjährigen Regionalfrauentag im Gemeindezentrum Markuskirche in Köln.

Nach einer Tasse Kaffee eröffnete Angelika Neugebauer den offiziellen Teil.

Die Vorsitzende des Frauenwerks, Heike-Ruth Klaiber, führte uns mit einem Impulsreferat in das Thema, „Wo mein Herz schlägt“, ein. Ein

Beispiel aus ihrem Berufsalltag zeigte, wie es sich auswirkt, wenn man eine Sache von ganzem Herzen gern tut. Mit einer Herz-Meditation leitete sie dazu an zu erkunden, wofür das eigene Herz schlägt.

Zum Abschluss ihres Vortrags erklärte Heike-Ruth Klaiber, welche Intentionen hinter dem Logo des Frauenwerkes stecken und wie dieses das Anliegen des Frauenwerks sichtbar macht.

Nach einem stärkenden Mittagessen mit viel Zeit zum Erzählen beschäftigten wir uns am Nachmittag in drei Gruppen mit dem Thema „Herz“. Eine Gruppe fand mit Hilfe einer Konkordanz heraus, dass „Herz“ sehr oft in der Bibel vorkommt und zwar mehr im Alten als im Neuen Testament. Die gewagte These lautete, dass der Begriff „Herz“ im Neuen Testament im Begriff „Liebe“ aufging.



Die zweite Gruppe tauschte sich über die gemachten Erfahrungen mit der Herz-Meditation aus und sprach darüber, wo ihr das Herz schlägt. Die dritte Gruppe ließ sich ein auf das kontemplative Herzensgebet und machte damit gute Erfahrungen. Die anschließende Gebetsgemeinschaft zeigte, dass man sich nicht gut kennen muss, um miteinander zu beten.

Zum Abschluss trugen die Gruppen ihre Ergebnisse und Erfahrungen vor und nach dem gemeinsamen Gebet und Segen konnten sich alle für die Heimfahrt mit Kaffee und Kuchen stärken.

Eine gelungene Veranstaltung, die gezeigt hat, dass wir über Gemeindegrenzen hinweg zusammen gehören und dies auch so empfinden.

Ingrid Heintz, Pulheim



Gebietsfrauentreffen in Edewecht

Zum diesjährigen Gebietsfrauentreffen der Weser-Ems-Region trafen sich rund 70 Frauen in der Edewechter Gemeinde. Als "Stargast" durften wir Martha Freund begrüßen. Es war eine Freude zuzuhören, wie sie zum Thema *"Segensspuren in meinem Leben"* sehr spannend berichtete, wie viel Segen sie erfahren, aber auch weitergeben durfte. In allen Lebenslagen durfte Martha Freund erfahren, wie Gott für sie da ist, für sie sorgt und sie segnet. Sie führte aus, dass es Schlüssel gibt, um den Segen Gottes zu erfahren, die in unserer Hand liegen, zum Beispiel den Gehorsam. Wenn wir Gott gegenüber gehorsam sind, auch wenn das vielleicht bedeutet, dass wir Wege gehen sollen, die nicht unseren Vorstellungen entsprechen, wird er uns segnen. Einen weiteren Schlüssel zum Segen Gottes sieht sie in der Dankbarkeit. Martha Freund sagte dazu den schönen Satz: "Dankbarkeit verhindert Bitterkeit und bringt Zufriedenheit". Wie oft nehmen wir vieles als selbstverständlich hin und jammern und beklagen uns. Dabei können wir doch für so vieles in unserem Leben dankbar sein. Auch die Vergebung sei ein solcher Schlüssel - Vergebung von Gott, aber auch zwischen uns Menschen. Als weiteres Schlüssel-Beispiel sprach sie über das Geben. Gott gibt gerne, er gibt uns alles, was wir zum Leben brauchen und wir können ihn um alles bitten. Und wir können anderen das weitergeben, was wir von Gott empfangen haben. Im abschließenden Gottesdienst gab es dann noch einmal die Möglichkeit, an verschiedenen Stationen den Segen Gottes auf sich wirken zu lassen oder zu empfangen.

So war dieser Tag ein wirklicher Segen für

uns Zuhörerinnen. Ich wünsche mir, dass ich noch viel vom Segen Gottes erfahren darf und ihn an andere weitergeben kann.

Daniela Nestler, Edewecht

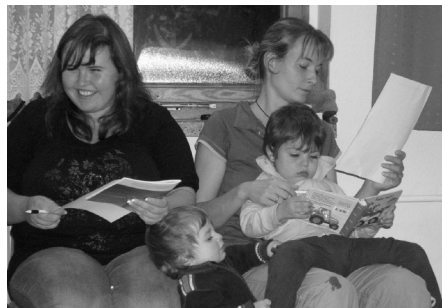
Mutter-Kind-Rüste der OJK

Im Oktober verbrachten einige Muttis und Kinder unter dem Thema "Überwältigt von der Güte Gottes" vier Tage in Scheibenberg.

Zuerst "überwältigte" uns der Winter. Die Landschaft präsentierte sich mit Schneeregen und Wind. Mancher geplante Ausflug musste ausfallen.

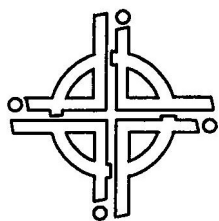
Im Laufe der Tage "überwältigten" uns die Erkältungsviren und manche mussten leider früher abreisen.

Hanna-Ruth Eberhardt, unsere Referentin, war mit ihrer fröhlichen, offenen Art eine große Bereicherung, die Bibelarbeiten und Gespräche ein wahres Geschenk! Unsere Kinder wurden wie immer fantastisch betreut - auch dafür ein herzliches Dankeschön!



Trotz Wind, Wetter und Krankheit war es eine gesegnete Zeit! Reich beschenkt mit guten, neuen Beziehungen und ausgerüstet mit neuer Kraft für den Alltag durften wir heimfahren. Wieder einmal mehr "überwältigt von der Güte Gottes".

Ulrike Morgenroth, Chemnitz



Kamerun im Mittelpunkt des Weltgebetstags am Freitag, 5. März 2010

Alles, was Atem hat, lobe Gott

Mit Musik, Tanz und Gesang sind Frauen, Männer und Kinder rund um den Erdball eingeladen, miteinander den Weltgebetstag zu feiern: Gott zu loben und zu danken, vom Aufgang der Sonne bis zu ihrem Niedergang, informiert zu beten und betend zu handeln.

Information zum Land

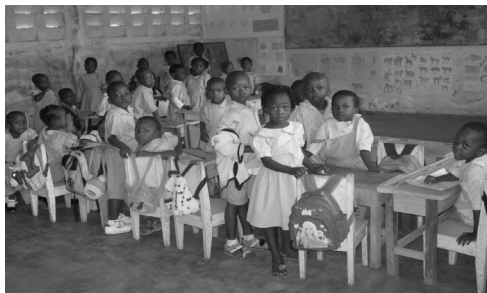
Kamerun gehört, seit es von den Weißen kolonisiert wurde, zu den unterentwickelten Ländern. Es liegt in der Mitte Afrikas und hat im Laufe der Geschichte afrikanischer Völkerwanderungen viele Menschen aus fast ganz Afrika aufgenommen. Zu Recht nennt sich Kamerun "Afrika im Kleinen". In seinen Grenzen leben über 200 Völker, die die unterschiedlichsten Traditionen haben und noch viel mehr Sprachen sprechen. Die Amtssprachen sind Englisch und Französisch. Anders als im übrigen Afrika ist Kamerun politisch relativ stabil. Es gibt kaum religiöse oder ethnische Konflikte. Ein schlimmes Übel aber ist die Korruption im zwischen Arm und Reich tief gespaltenen Land. Die Reichtümer des Landes, wie Holz, Bodenschätze, Öl, Kaffee und Bananen, bringen nur wenigen Menschen Gewinn. Über die Hälfte der Bevölkerung lebt unter der Armutsgrenze.

Zur Situation der Frauen

Die Stellung der Frau in der Gesellschaft ist generell traditionell geprägt. Teilweise sind Frauen im öffentlichen Leben sehr aktiv, vergleichbar mit europäischen Verhältnissen. An anderen Orten dagegen kann ein Gespräch mit Fremden für Frauen völlig undenkbar sein, wie zum Beispiel in manchen Dörfern im Norden Kameruns. Die Männer kontrollieren hier jeden Schritt der Frauen. Die Stellung der Frau variiert zum einen aufgrund der Religionszugehörigkeit, zum anderen aufgrund des Bildungsniveaus der jeweiligen Familie. Frauen sind wichtig für die Wirtschaft im Land. Sie produzieren 70 % bis 90 % der landwirtschaftlichen Güter, beschaffen 90 % des Haushaltsbedarfs an Wasser und Heizmaterial sowie 100 % der Grundnahrungsmittel für ihre Familien. In Kamerun ist Polygamie gesetzlich anerkannt. Traditionell wird die Monogamie als die Ehe der armen Menschen angesehen. Weil jedoch in Krisenzeiten die Polygamie zu teuer wird, geht die formelle Polygamie zurück, umfasst aber immer noch 30 % der Eheschließungen.

Religion, Kirche, Ökumene

In Kamerun sind rund 50 % der Bevölkerung Christen, je zur Hälfte Katholiken



Schulkinder in Kamerun

und Protestanten. 20 % der Bevölkerung sind Muslime und 30 % praktizieren traditionelle afrikanische Religionen. Ein überwiegender Teil der christlichen Bevölkerung pflegt nach wie vor lokale animistische Bräuche. Sie besuchen traditionale Heilerinnen und Heiler und nehmen an traditionsreichen Feierlichkeiten teil. Neben den religiösen weisen sich hier auch die ethnischen, kulturellen und sozialen Bande als sehr prägend aus. Es gibt eine nahezu unüberschaubare Vielfalt und Zahl an Kirchen in Kamerun. Die ältesten sind die baptistischen Kirchen. Es folgen die reformierten Kirchen und die Römisch-Katholische Kirche. Seit ca. 90 Jahren gib es auch die Siebenten-Tags-Adventisten.

Die verschiedenen Kirchen sind unterschiedlich stark im Bereich der Ökumene engagiert. Eine Vorrolle spielten die evangelischen Kirchen aus dem reformierten und baptistischen Spektrum. Wichtig war dabei die Gründung der theologischen Fakultät in Yaoundé 1962. Sie hat immer auch Studierende aus anderen Konfessionen angezogen. Umfassender ökumenischer Geist zeigt sich in Kamerun schließlich auch immer wieder im gemeinsamen Gebet. Der Weltgebetstag bringt jedes Jahr zahlreiche Frauen zusammen.

Liturgie

Das Weltgebetstagskomitee von Kamerun gibt Einblicke in die Freuden, Sorgen und Nöte seiner Bewohnerinnen und Bewohner. Mit Vers 6 aus Psalm 150 "Alles, was Atem hat, lobe Gott" laden sie ein, Gott zu loben, trotz Katastrophen wie Erdbeben, Überschwemmungen und Dürre. In ihrem Gottesdienst ermutigen uns die Frauen aus Kamerun, Leben und Alltag neu wahrzunehmen. Die biblische Erzählung von der namenlosen Sklavin mit dem Wahrsagegeist (Apg 16, 1 - 34) ermöglicht es, die Situation junger Frauen und Mädchen in Kamerun in den Blick zu nehmen, wo es heute noch Formen von moderner Sklaverei gibt. Auch der zweite Bibeltext (Jes 42, 10 - 17) spricht von einer großen Befreiung. Der liebende Gott, der die Welt erschuf, ist auch bei uns in Prüfungen und Fehlschlägen und leitet uns Menschen nach seiner Gerechtigkeit. Jesaja ruft auf zum Gotteslob: "Singt dem Herrn ein neues Lied, verkündet seinen Ruf bis ans Ende der Welt."

Mit diesen Texten wollen die Frauen aus Kamerun Mut machen, das Vertrauen in Gott, den Schöpfer, zu bewahren, das Schöne und Gute in der Welt zu sehen und das, was nicht gut ist, zu ändern.

Gudrun Strobel
Reutlingen

Delegierte des Frauenwerks
im Weltgebetstagskomitee





Seminare und Veranstaltungen

Herzliche Einladung!

Veranstaltungen des Frauenwerks

23. Januar 2010

**“Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm -
Ist meine Vergangenheit mein Schicksal?”**

Seminartag

Ort: EmK Kirchentellinsfurt
Referentin: Christine Reinert
Zeit: 9 bis 16 Uhr
Kosten: 20 Euro/Ermäßigung möglich
Info: Rose Kiemle,
Tel. 07121 601976

13. Februar 2010

“Wenn alle Stricke reißen...”

Frauentag der Regionen Ludwigsburg und Waiblingen

Ort: EmK Plüderhausen
Referentin: Renate Girlich-Bubeck
Zeit: 9 bis 17 Uhr
Info: Sabine Wild,
Tel. 07181 64740

27. Februar 2010

**“Nullwachstum ist Rückschritt -
auch im Glauben?!”**

Frauentag der Regionen Reutlingen und Tübingen

Ort: EmK Mössingen
Referentin: Vreni Theobald
Zeit: 9:30 bis 16:30 Uhr
Info: Hannelore Reinert,
Tel. 07121 44235

13. bis 16. März 2010

Fastenfreizeit

Ort: Altes Gut - Großbrückerswalde
Referentin: Annerose Lohse,
Renate Frank-Beyer

Kosten: ab 150 Euro
Info: Dorothee Seidel,
Tel. 03735 62960

19. bis 21. März 2010

“Versöhnt leben - aber wie?”

Frauenbegegnungswochenende

Ort: BBS Scheibenberg
Leitung: Hanna-Ruth Eberhardt
Kosten: ab 60 Euro
Info: Gabriele Drummer,
Tel. 03733 63859

27. März 2010

**“Von der Angst, zu kurz zu kommen”
Regionaler Frauentag Ostwestfalen-Lippe**

Ort: Kreuzkirche Bielefeld
Leitung: Hanna-Ruth Eberhardt
Zeit: 9:30 Uhr
Info: Angelika Neugebauer,
Tel. 05232 89604

17. April 2010

“Frauen begegnen Jesus”

Frauentag der Region Nürnberg

Ort: EmK Martha-Maria
Zeit: 10 bis 16 Uhr
Info: Conny Rieker,
Tel. 0911 3738897

22. bis 25. April 2010

**“Wenn das Wörtchen *wenn* nicht wär...
Versöhnt mit meiner Geschichte”**

Seminar für Frauen

Ort: Hotel Teuchelwald
Leitung: Hanna-Ruth Eberhardt
Info: Margret Eppe,
Tel. 07152 53280



Weitere empfehlenswerte Veranstaltungen

Bethesda-Gästehaus Wuppertal, Info: Tel. 0202 26551130

27. Februar 2010

„Ich bin der gute Hirte“

Oasentag für Frauen

Leitung: Diakonissen-Team

Zeit: 9:30 bis 17 Uhr

Kosten: 18 Euro

9. bis 11. April 2010

**Biblische Figuren gestalten
und mit ihnen erzählen**

Leitung: Schwester Heidi Uffmann,
Schwester Elisabeth Dreckhoff

Kosten: 40 Euro Kursgebühr
22 Euro je Figur

22. bis 24. Januar 2010

**„Unter dem Himmel des neuen Jahres ist
das Meer ganz still“**

Atem - Töne - Kreistänze

Ort: Schwanberg Haus St. Michael

Leitung: Tanzleiterin
Monika Leyendecker,

Info: Tel. 0711 8600690

25. bis 28. Februar 2010

**„Halt an! Wo läufst du hin?
Der Himmel ist in dir“**

Oasentage auf Schwarzenshof

Ort: BBS Schwarzenshof

Leitung: Pastorin Andrea Solbrig

Info: BBS Schwarzenshof,
Tel. 03672 48010

Impressum

FrauenWege 1/2010, Zeitschrift des Frauenwerks der Evangelisch-methodistischen Kirche. Bezugspreis über die EmK-Gemeinde 6 Euro im Jahr (vier Ausgaben). Das Bezugsjahr ist ab sofort das Kalenderjahr. Die Abonnements verlängern sich um ein Jahr, wenn keine Veränderung gemeldet wird. Neubestellungen sind sofort möglich, Abbestellungen zum Ende des Kalenderjahres. Direktlieferung durch die Post 15 Euro im Jahr (4 Ausgaben, inklusive Porto und Versand). Bestellungen und Änderungen an die Abo-Verwaltung über die Geschäftsstelle E-Mail: frauenwege@emk-frauen.de. Anschrift der Geschäftsstelle: Frauenwerk der EmK, Geschäftsstelle, Giebelstraße 16, 70499 Stuttgart, Telefon: 0711 8600670, E-Mail: geschaeftsstelle@emk-frauen.de, Internet: www.emk-frauen.de

Herausgegeben vom Vorstand des Frauenwerks - Redaktionsteam FrauenWege: Marliese Gräse, Heike-Ruth Klaiber, Britt Müller (Redaktion und Layout), Angelika Neugebauer, Eva Sautter. Anschrift der Redaktion: Britt Müller, Waschleith Str. 45, 08344 Grünhain-Beierfeld, britt.mueller@emk.de
Konto: Evangelische Kreditgenossenschaft (EKK) Stuttgart, Konto 41 62 15,
BLZ 520 604 10, Frauenwerk der Evangelisch-methodistischen Kirche
IBAN - DE71520604100000416215; SWIFT/BIC - GENODEF1EK1

Thema des letzten Heftes: Prophetinnen • 4/2009

Thema des nächsten Heftes: Gleichwertigkeit • 2/2010, Redaktionsschluss 25. Januar 2010

Bildnachweise: www.pixelio.de-Umschlagseiten - Layout Iris Hahn: © Monika Castrovillari/PIXELIO; S.5: © Grace Winter/PIXELIO; S.6: © Jerzy/PIXELIO; S.7: © Simone Peter/PIXELIO; S.8: © Martin Schemm/PIXELIO; S.9: © Viktor Schwabenland/PIXELIO; S.10: © Dietmar Grummt/PIXELIO; S.13: © chemmi/PIXELIO; S.16: © Maren Beler/PIXELIO; S.21: © Thomas Max Müller/PIXELIO; S.22: © Joujou/PIXELIO; S.30: © bildpflücker/PIXELIO. S.18: Hilfswerk Österreich - www.hilfswerk.at; S.33 Weltgebetstag der Frauen - Deutsches Komitee e.V. Alle anderen Fotos privat oder Archive.

Berichtigung: Im Heft 4/2009 Prophetinnen ist uns ein Fehler unterlaufen. Die auf Seite 14 abgebildete Briefmarke wurde nicht, wie von uns angegeben, von der Deutschen Bibelgesellschaft, sondern von der **israelischen Post** herausgegeben. Sie ist am 4.9.1984 zum jüdischen Neujahr 5745 erschienen.



Cato der Ältere über das Alter

Wer nämlich keine Kraft zu einem sittlich guten
und glückseligen Leben in sich selbst trägt,
dem ist jedes Lebensalter eine Last.
Wer aber alles Gute von sich selbst verlangt,
dem kann nichts, was das Naturgesetz
zwangsläufig mit sich bringt,
als ein Übel erscheinen.

Dazu gehört in erster Linie das Alter;
alle wünschen es zu erreichen, haben sie es
dann erreicht, dann beklagen sie sich darüber,
so unkonsequent und unlogisch sind sie,
die Toren. Sie sagen, das Alter schleiche sich
schneller heran, als sie gedacht hätten.

Doch zunächst einmal: Wer hat sie denn
genötigt, sich in ihrer Berechnung zu irren?

Cicero

Frauenwerk



Evangelisch-methodistische Kirche

