

Miteinander durch die Krise

Nummer 2

Anregungen, Materialien, Gebete, Texte zum Weitergeben

„Andere Zeiten ...“

Von Krisen, Chancen und Veränderungen

Erinnern Sie sich an den vergangenen Sommer und Herbst. Wie wichtig war doch das Thema „Zeitumstellung“. Soll künftig in der Europäischen Union darauf verzichtet werden, die Uhren zum Sommer eine Stunde vor und im Herbst wieder eine Stunde zurückzustellen? Am kommenden Sonntag, 29. März 2020, ist es wieder soweit. Die Uhr wird eine Stunde vorgestellt - und keinen Menschen kümmert's. In diesem Jahr, an das sich auch noch unsere Enkelkinder erinnern werden, im März 2020, hat nicht nur die Sommerzeit begonnen, es sind neue, ganz andere Zeiten angebrochen.

Und schon bald werden wir auf die Zeiten vor 2020 zurückschauen und sagen: „Ja, das waren andere Zeiten, als man in Europa unbeschwert von Griechenland bis zum Nordkap durchfahren konnte ohne an einer Zollstelle anhalten zu müssen. Zeiten, in denen man sich unbeschwert besuchen konnte. Das Steinmanderl, das unsere Referentin Maria Hierl in Norwegen fotografiert hat, erinnert mich an meine Reisen und die schönen Zeiten im Hohen Norden. Ob ich im Sommer, wie lange geplant, dorthin fahren kann - ich weiß es nicht. So fühlt es sich an, wenn man unvermittelt in ganz anderen Zeiten lebt. Und in dieser Zeit, „zur Zeit“, hat sich unser Leben gewaltig verändert. Wir haben uns in unsere vier Wände zurückgezogen und versuchen die Ansteckungswege des Coronavirus zu blockieren. Seniorenkreise fallen aus, Besuche zuhause oder im Heim sind praktisch unmöglich geworden. Begegnungen von Mensch zu Mensch finden kaum mehr statt.

Und etwas anderes fällt in dieser Zeit besonders auf: die Krise entblößt viele Menschen. Was manche zuvor mühsam verborgen haben, kommt jetzt ans



Licht: manch' Blender ist abgetaucht, andere leben in ständiger Angst. Aber es gibt in diesen Zeiten auch eine dritte Gruppe: Menschen, die in dieser Krise zur Höchstform auflaufen und sich alles mögliche einfallen lassen, um die anderen nicht im Stich zu lassen. Und es sind meist jene, die sich schon zuvor um andere gesorgt haben. „Lasst die Menschen nicht allein“, hat unser Bischof Bertram uns für diese Zeit aufgegeben. Und dankbar sehen wir, wie viele gerade aus der Seniorenarbeit sich davon ansprechen haben lassen.

Es kommen auch wieder andere Zeiten, so sagt das

Sprichwort, und das Sprichwort hat recht. Auch Corona wird beherrschbar werden und die Menschheit wird eine Nach-Corona-Zeit erleben. Ganz sicher wird es große Veränderungen geben. Aber vielleicht werden wir nach der Corona-Krise zurückschauen und sagen: Erinnert Ihr Euch noch an den Herbst und Winter 2019, wie der Umgangston untereinander immer aggressiver wurde? Wie einzelne Länder und Regierungen sich selbst in den Vordergrund gestellt haben und nur noch „ihr eigenes Ding“ machen wollten? Und denkt ihr auch an den März 2020, als in jedem Ort und im ganzen Land Menschen aufgewacht sind, um einander beizustehen? Wie der Umgangston höflicher wurde? Wie plötzlich Berufe von der Pflege bis zur Kasse im Supermarkt wichtig geworden sind, um die man sich vorher wenig Gedanken gemacht hatte?

Ja, andere Zeiten - andere Sitten, ich hoffe, dass wir alle heil durch diese Krise kommen - miteinander. Und vielleicht ändern sich ja einige unserer Sitten nach dieser Krise. Vielleicht werden wir neu die Nähe von Menschen wertschätzen und einen anderen Blick bekommen für diejenigen, die unsere Gesellschaft und unsere Kirche tragen. Und vielleicht neu entdecken, was uns zusammenhält; neu entdecken, wie fragil unser Leben ist und was uns trägt, wenn sonst nichts mehr trägt.

Zurück zum Steintürmchen auf unserem Bild. Es

ist nicht nur ein wehmütiges Zeichen und eine Erinnerung an alte Tage. Viele Menschen haben es über eine lange Zeit aufgeschichtet. Es ist auch Markierungszeichen dafür, was unsere Vorfahren erbaut haben und wie wir trotz dieser Krise daran weiterbauen werden, wenn wir heute und jetzt daran bauen.

Mit den Worten des Liedes von Ludger Edelötter singt sich das so:

Jetzt ist die Zeit, jetzt ist die Stunde. Heute wird getan oder auch vertan, worauf es ankommt, wenn er kommt.

Oder mit J.R.R. Tolkien: Im Buch „Herr der Ringe“ spricht der Zauberer Gandalf zu Frodo, der sich wünscht, dass alles wieder so werden würde wie vorher:

Das tun alle, die solche Zeiten erleben, aber es liegt nicht in ihrer Macht, das zu entscheiden. Wir müssen nur entscheiden, was wir mit der Zeit anfangen wollen, die uns gegeben ist.“

In diesem Sinne: Kommen Sie heil und behütet durch diese Zeit. Bleiben wir miteinander in Verbindung. Und sind wir gewiss, dass Gott uns die Kraft gibt, in dieser Zeit in seinem Sinn an unseren Orten seinen Auftrag zu tun - in dieser Zeit, einer ganz anderen Zeit.



Diözesan-Altenseelsorger

Täglich neu auf www.bistum-augsburg.de: HAUSGOTTESDIENSTE!



Liturgie

Vorlagen für Hausgottesdienste

Augsburg (pba). Auf Anregung unseres ernannten Bischofs Dr. Bertram Meier stellen die Fachbereiche "Liturgie" und "Liturgische Bildung" ab dem morgigen Josefstag, 19. März, jeden Tag eine Vorlage zur Feier eines kurzen Hausgottesdienstes zur Verfügung.

[> Artikel lesen](#)

Fotos: Maria Hierl (Seite 1), Robert Ischwang (Seiten 3, 4) Andrea Nagel

Michael Schatz

Die Morgensonne leuchtet



Die Morgensonne leuchtet
strahlend entfaltete Kraft

Magnolien blühn
der Duft des Frühlings
weckt freudige Gefühle

für einen Moment
ist vergessen die Einsamkeit
vertrieben ist die Angst
vor dem Virus

denn Gott schöpft neues Leben
schenkt einen neuen Tag
seine Treue wärmt
mit zarter Geborgenheit

in Gott ist Zukunft
ist Hoffnung auf ein neues Morgen
hier auf Erden
dort in seiner Herrlichkeit

Psalm

Guter Hirte



Der HERR ist mein Hirt, nichts wird mir fehlen
Er lässt mich lagern auf grünen Auen
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.

Meine Lebenskraft bringt er zurück.
Er führt mich auf Pfaden der Gerechtigkeit,
getreu seinem Namen.

Auch wenn ich gehe im finsternen Tal,
ich fürchte kein Unheil; denn du bist bei mir,
dein Stock und dein Stab, sie trösten mich.

Du deckst mir den Tisch vor den Augen meiner Feinde.
Du hast mein Haupt mit Öl gesalbt, übervoll ist mein Becher.
Ja, Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang
und heimkehren werde ich ins Haus des HERRN für lange Zeiten.

Gedächtnistraining

Wortsuche „Zeit“

Suchen Sie jeweils 10 Wörter, bei denen das Wort „Zeit“ vorangestellt und angehängt werden kann!

Beispiel : Zeitausfall - Elternzeit

Ergänzen Sie die Sprichwörter oder Redewendungen mit „Zeit“

Nimm dir Zeit und _____

Die Zeit heilt _____

Kommt Zeit, _____

Wer zu spät kommt, _____

Wer nicht kommt zur rechten Zeit, _____

Andere Zeiten, _____

Spare in der Zeit, _____

Zeiten ändern sich

Suchen Sie sich einen schönen und ruhigen Platz - vielleicht sogar in der Sonne. Unser Tagesablauf verändert sich in den unterschiedlichen Lebensphasen. Überlegen Sie einmal, wie Ihr Sonntag in Ihrer Kindheit ausgesehen hat. Schließen Sie die Augen und lassen Sie einen schönen Sonntag in der Kindheit Revue passieren. Dann spüren Sie den Sonntagen in Ihrer Schul- und Ausbildungszeit und einem Sonntag im Erwachsenenalter zwischen 30 und 40 Jahren nach. Was sich da doch alles verändert hat. Und zum Schluss stellen Sie sich vor, wie Sie Ihren Sonntag im Moment lieben.

Stärken Sie Ihr Immunsystem

Eine gute Möglichkeit, Ihr Immunsystem zu stärken, ist täglich ca. 100 ml Aroniasaft zu trinken - idealerweise verdünnt als Schorle. Aronia, auch Apfelbeere genannt, kann gut bei uns angepflanzt werden und braucht im Gegensatz zur Heidelbeere, Preiselbeere oder Cranberry keinen sauren Boden und ist damit viel anspruchsloser.

Aronia ist reich an sekundären Pflanzenstoffen, Vit. C, Eisen, Folsäure und Jod.

Lesen - einmal anders

Versuchen Sie folgenden Text zu lesen. Sie werden sehen, dass das gar nicht so schwierig ist, obwohl nur der Anfangs- und Endbuchstabe richtig ist und die Buchstaben im Wortinnern geschüttelt sind. Aber eine Studie hat gezeigt, dass wir zur Erfassung eines Wortes nur den Anfangs- und Endbuchstaben und die entsprechende Wortlänge brauchen. So spart unser Gehirn Energie!

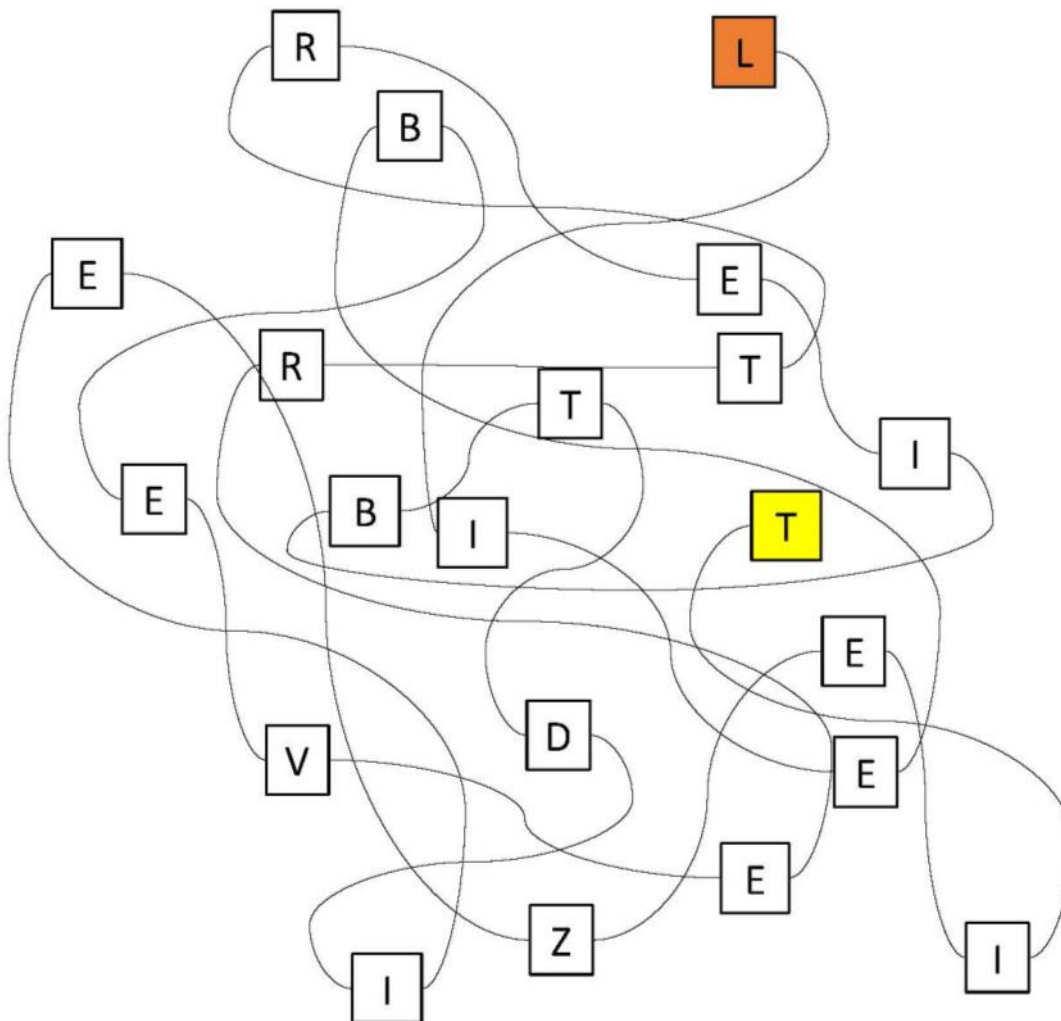
Ziattumsellnug

Disees Whnondecee ist es wideer soewit! In der Nhact von Sasatmg auf Snoatng wedren die Uhern um enie Sntude veodgrhret. Nhict jdee und jeedr furet sich düaerbr - ich schohn. Am Mogern ist es jeztt sosiewo schohn schön hlel, und die Abndee laedn nun an Soanntgene dzau ein nihct so fürh in die Weonnhugn zu vdsiehwrencn, sdornen ncoh szeptearin zu geehn oder enie Rdune mit dem Fararhd zu dhreen oedr eicfnah mit der Fiailme zmaumesn zu sizetn. Die Helegiikt am Abned tut mneier Sлее eifcanh gut.

Und im Hebsrt furee ich mcih dnan aebr acuh wdieer auf die Ziattumsellnug. Ncah einm Somemr, der in der Reegl aeülfnlgt ist mit veil Bäsehitfcgnug, furee ich mcih wdieer auf rieuhrge Zetien. Und wnen es dnan frheür duknel wrid, ealurbe ich es mir veil eehr acuh mal retunr zu ferhan und eeinn reuihgn Abned zu vgeibenrrn. So hat soowhl die Sromemzeit als acuh die Wterieznit ihern Riez für mcih.

Sprichwortschlange

Verbinden Sie die Buchstaben miteinander, dann erhalten Sie den Anfang eines Sprichwortes. Beginnen Sie bei dem farbigen Buchstaben im Bild oben.



© MH3.20

Lösungen

Wortsuche:

Arbeitszeit, Lebenszeit, Freizeit, Öffnungszeit, Mittagszeit, Essenszeit, Schlafenszeit, Ruhezeit, Studienzeit, Geschäftszeit, Bewährungszeit, Sprechzeit, Ausbildungszeit, Beratungszeit, Schulzeit, Zeitlupe, Zeitraffer, Zeitmesser, Zeitgeist, Zeitnot, Zeitdruck, Zeitbemessung, Zeitalter, Zeitknappheit, Zeitzeichen, Zeitmangel, Zeitansage, Zeitanpassung, Zeitdauer, Zeitrahmen, Zeiteinteilung, Zeitplanung, Zeitgenosse, Zeitgeschichte, Zeitpunkt, Zeitabschnitt, Zeitraum, Zeitrechnung, Zeitschrift, Zeitstudie

Sprichwörter:

Nimm dir Zeit und nicht das Leben; Die Zeit heilt alle Wunden; Wer zu spät kommt, den bestraft das Leben; Wer nicht kommt zur rechten Zeit, der muss essen, was übrig bleibt; Andere Zeiten, andere Sitten; Spare in der Zeit, so hast du in der Not

Lesen:

Zeitumstellung

Dieses Wochenende ist es wieder soweit! In der Nacht von Samstag auf Sonntag werden die Uhren um 1 Stunde vorge dreht. Nicht jede und jeder freut sich darüber - ich schon. Am Morgen ist es jetzt sowieso schon schön hell, und die Abende laden nun an Sonnentage dazu ein nicht so früh in die Wohnungen zu verschwinden, sondern noch spazieren zu gehen oder eine Runde mit dem Fahrrad zu drehen oder einfach mit der Familie zusammen zu sitzen. Die Helligkeit am Abend tut meiner Seele einfach gut. Und im Herbst freue ich mich dann aber wieder auf die Zeitumstellung. Nach einem Sommer, der in der Regel angefüllt ist mit viel Beschäftigung, freue ich mich wieder auf ruhigere Zeiten. Und wenn es dann früher dunkel wird, erlaube ich es mir viel eher auch mal runter zu fahren und einen ruhigen Abend zu verbringen. So hat sowohl die Sommerzeit als auch die Winterzeit ihren Reiz für mich.

Sprichwortschlange:

Liebe vertreibt die Zeit

Zusammengestellt von Maria Hierl, Bildungsreferentin

Er ist's

Frühling läßt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte;
Süße, wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land.
Veilchen träumen schon,
Wollen balde kommen.
Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist's!
Dich hab ich vernommen!

Eduard Mörike (1804 - 1875)



Kleines Veilchen - ganz groß

Wie Sie in ihrem Leben bestimmt schon erfahren haben, ist nicht immer die Größe des Körpers oder des Geistes wichtig - sondern die innere Ausstrahlung, die jemand hat. Dies trifft auch auf das Veilchen zu. Zwar lässt Goethe es ganz demütig sagen: „Ich steh verborgen und gebückt und mag nicht gerne sprechen“, doch ist das nur ein Aspekt von ihm. Das Veilchen möchte uns von den Zeiten der Demut im Leben erzählen, was aber Zielstrebigkeit und Zähigkeit nicht ausschließt. Vieles braucht seine Zeit: Gut Ding will Weile haben.

Auch spricht es uns an, wenn wir um einen Lieben trauern, von der Zeit, in der die Seele wiederaufsteht. Im Frühling kündigt es nach dem Winter bald wieder neues Leben an - gibt uns mit seinen Blüten die Heilkraft, den hartnäckigen Husten der Kälte zu bekämpfen. Sei es nun Hephaistos, Napoleon, Shakespeare oder die christliche Bilderlehre, alle haben an dem kleinen Blümchen Gefallen gefunden. Lesen Sie nachfolgend eine kleine Geschichte, wie Hephaistos, damit seine Liebste betören konnte.

Hephaistos, der griechische Gott des Feuers war ein begnadeter Schmied: Wenn man diesen Namen hört, so meint man, dass solch einem machtvollen starken Mann, die Frauen zu Füßen liegen würden. Doch das Gegenteil ist der Fall gewesen. Schon nach der Geburt warf ihn Zeus, der Götter-

vater, aus dem Olymp hinaus. Hephaistos war zu hässlich. Hässlichkeit wurde im Olymp nicht geduldet - besonders nicht das hässliche Kind der Göttermutter. So landete er auf der Erde im Meer. Dort badeten die Wassernymphen Thetis und Eurynome. Neugierig schauten sie nach, was denn da vom Himmel gefallen sei. Sie nahmen das kleine Bündel in die Arme und schlossen Hephaistos sogleich in ihr Herz. Liebevoll zogen sie das kleine Götterkind auf. Schon bald merkten sie, dass dieses Kind zwar nicht von außen schön anzusehen war, aber er eine Stärke besaß die Ruhe und Geduld ausstrahlte: Die richtigen Eigenschaften, um ein Schmied zu werden. Denn um ein guter Schmied zu sein, braucht man nicht nur die körperliche Kraft, sondern das Gefühl, zur richtigen Zeit, den richtigen Schlag zu tun. Ein kunstvoller Schmied muss lernen, die richtigen Momente zu fühlen - dann erst wird aus dem Eisen ein Kunstwerk. So lehrten sie ihm die Schmiedekunst. Bald war er bekannt dafür, die schärfsten Schwerter und die kunstvollsten Geschmeide zu fertigen. Doch am Abend, wenn das Feuer nur noch schwach glühte und er sich ausruhte, da wurde die Sehnsucht nach seinen richtigen Eltern immer größer. Außerdem fühlte er sich ganz allein. Die Frauen liebten seinen Schmuck - doch von ihm

hielten sie Abstand.

Nach jahrelangem Bitten von Hera, ihren Sohn wieder in den Olymp aufzunehmen, wurde das Herz von Zeus weich, wahrscheinlich auch, weil er auf ein kunstvoll gefertigtes Schwert hoffte. Er lud Hephaistos in den Olymp ein. Seine Mutter schloss ihn übergücklich in seine Arme. Zeus sagte zu ihm: „Mein liebes Kind. Du hast gezeigt, dass du würdig bist, ein Gott zu sein. Ein Gott braucht eine ebenbürtige Frau. Nimm als Zeichen meiner Entschuldigung diese Frau zur Gemahlin.“ Und Zeus zeigte auf Aphrodite, die sich mit den anderen Göttern um die wiedervereinigte Familie geschart hatte. Aphrodite stieß einen spitzen Schrei des Erschreckens aus. Doch den Zorn des Göttervaters wollte sie nicht auf sich ziehen. So nickte sie nur mit scheinbar ergebener Miene. Hephaistos konnte sein Glück nicht fassen. Die schönste Frau des Olymps war jetzt die seine. Freudig nahm er sie sogleich mit in seine Wohnstatt unter dem Berg Ätna. Er schenke ihr seine schönsten geschmiedeten Schmuckstücke. Diese nahm sie gerne an. Doch dann stellte sie eines klar: „Lass mich einfach in Ruhe mein Leben leben und ich lasse dich in Ruhe. Wenn Zeus nicht mehr an uns denkt, dann gehe ich.“

Traurig ging Hephaistos zu seinen Ziehmüttern Thetis und Eurynome. Er klagte ihnen sein Leid. Da gaben sie ihm folgenden Rat: „Pflücke soviel Veilchen wie du finden kannst. Wir werden dir dann daraus Kränze binden, die du um deinen Hals und deinen Kopf schlingst. Gehe so zu Aphrodite.“

Hephaistos tat wie ihm geraten. Als er nun so bekränzt zu Aphrodite ging, machte sie große Augen. Sie sah nur noch die wunderschönen blauen Blumen an ihm. Vorsichtig strich sie an seinem Kopf den Blumenkranz entlang bis zu seinem Hals hinunter. Staunend betrachtete sie jede einzelne Blüte - fasziniert von der tiefen blauen Farbe. Aphrodite trat noch näher zu Hephaistos, um an den Blumen zu riechen. Da umarmte sie ihn und sagte: „Mein starker Hephaistos. Du bist so schön. Du duftest wie meine Blumenwiese im Olymp, auf der ich so gern lustwandelte. Verzeih mir, dass ich so grob zu dir gewesen bin. Ich will deine treue und liebende Gattin jetzt sein.“ Glücklicherweise nahm Hephaistos sie in die Arme und küsste sie zärtlich.

Margaretha Wachter, Gemeindereferentin

Kleine Entspannungsübung im Alltag

Setzen Sie sich auf einen Stuhl, Beine hüftbreit auseinander, Füße parallel, bewusst spürbar, auf den Boden stellen. Die Arme sind auf den Oberschenkeln locker abgelegt. Atmen Sie ein und richten Sie dabei langsam Ihre Wirbelsäule von unten nach oben auf (Bild: Sie werden wie eine Marionette aufgerichtet). Ihr Kopf und Nacken werden gerade (ausatmen) - Ihr Blick geht geradeaus in die Weite. Spüren Sie nach, ob Sie aufrecht und entspannt sitzen. Atmen Sie in aller Ruhe ein und aus. Den Blick weiterhin gerade aus, in die Weite gerichtet. Nach einiger Zeit können Sie vielleicht spüren, wie Ihr Atem tiefer wird, Ihr Brustbereich, aber auch Ihre Gedanken, weiten sich. Genießen Sie die Ruhe, die Sie erfasst. Einfach ein- und ausatmen.

Wenn Sie die Entspannung ausreichend genossen haben, schwingen Sie Ihre Arme gegengleich hin und her und heben dabei die Beine abwechselnd an. Sie können dazu la, la, la, la oder andere Laute trällern. Dann stehen Sie auf und gehen trällernd mit schwingenden Armen und mit mal großen, mal kleinen Schritten durch die Wohnung.

Falls Sie es entspannter wollen, setzen Sie sich in Ihrer gewohnten und bequemen Sitzhaltung auf Ihren Lieblingsplatz. Arme vor der Brust überkreuzen und die Hände unter die Achseln legen. 36 Mal ruhig ein- und ausatmen.

Margaretha Wachter, Gemeindereferentin

Eine kleine Bewegung

Diese Fingerübung stärkt zum einen die Fingermuskulatur und zum anderen regt sie den Gehirnstoffwechsel an und fördert die Konzentration.

Setzen Sie sich aufrecht auf einen Stuhl und halten Sie die Hände vor den Körper. Nun führen Sie nacheinander jeden Finger zum Daumen, erst den Zeigefinger, den Mittelfinger, den kleinen Finger. Und dann zurück: den kleinen Finger zum Daumen, den Ringfinger, den Mittelfinger und den Zeigefinger. Probieren Sie diese Übung ein paar Mal. Sie werden sehen, es geht von Tag zu Tag besser. Wenn diese Übung klappt, können Sie zusätzlich das Wort „Frühling“ buchstabieren, während Sie die Finger zum Daumen ziehen.

So geht's:

Zeigefinger: F

Mittelfinger: R

Ringfinger: Ü

Kleiner Finger: H

Kleiner Finger. L

Ringfinger. I

Mittelfinger. N

Zeigefinger: G

Viel Spaß!

Maria Hierl, Bildungsreferentin

Tanz im Sitzen

Lied: Kein schöner Land

1 Kein schöner Land in dieser Zeit,
als hier das unsre weit und breit,
II: wo wir uns finden
wohl unter Linden
zur Abendzeit:II

2 Da haben wir so manche Stund'
gesessen wohl in froher Rund'
II: und taten singen;
die Lieder klingen
im Eichengrund:II

Choreographie $\frac{3}{4}$ Takt (von Vincent Semenou)

Takt Kein schöner Land in dieser Zeit

1 Rechte Hand nach vorne strecken, dann die Linke
2 Mit beiden Händen einen Kreis (horizontal) machen
als hier das unsre weit und breit
3-4 Wie Takt 1-2
Wo wir uns finden
5 re Arm, Grußgeste, zurück auf Oberschenkel ablegen
Wohl unter Linden
6 li Arm, Grußgeste, zurück auf li Oberschenkel ablegen
Zur Abendzeit
7 Mit beiden Händen einen Kreis (vertikal) machen
8-11 wie Takt 5-7

Vincent Semenou, Pastoralreferent

Generationen füreinander: Mundschutz nähen!



Eine schöne Idee, die inzwischen schon an vielen Orten praktiziert wird, möchten wir gerne auch hier weitergeben. Andrea Nagel, vielfältig engagiert in Schongau, hat mir gestern noch berichtet:

Ich wurde gestern vom Maria Ebert Heim gefragt, ob ich jemanden wüsste, der für sie Mundschutz näht. Hab mich dann auf die Suche gemacht und 3 Mitstreiterinnen gefunden.

Uschi Degle (unsere Nähkoryphäe - von ihr kam auch die Anleitung, damit es schnell und einfach geht), Maria Moser (sie ist eine Näherin im Repair-Cafe), Monika Leckel (sagte spontan zu) und meine Tochter Sophia Nagel (war begeistert und hatte den Dreh sofort raus)

Uschi, Sophia und ich begannen gleich heute und haben insgesamt 56 Stück geschafft. Diese werde ich morgen im Maria Ebert Heim abgeben. Die anderen werden sie dann am Freitag bekommen.

Die Maße des Rechtecks (es werden 2 Stück benötigt)

15 x 24 cm

2 Stück Ohr Gummi á 18 cm

Anleitung unter:

<https://youtu.be/4kwFaRFHKhY>

Fragen Sie doch bei einer Einrichtung in Ihrer Nähe an. Und so wird die Zeit zu Hause zu sinnvoller Zeit für andere.



Fastenaktion
2020

GIB FRIEDEN

MISEREOR
• IHR HILFSWERK

Spenden Sie jetzt!
DE75 3706 0193 0000 1010 10
www.misereor.de/fasten-spende

Foto: Klaus Mollenhuth/MISEREOR
DZI
Spenden-
Siegel

So erreichen Sie uns:

Bischöfliches Seelsorgeamt - **FB Altenseelsorge**,

Kappelberg 1, 86150 Augsburg

Tel.-Nr.: **0821 3166-2222**, (Mo. - Fr. 8:00 Uhr - 12:00 Uhr),

Fax: **0821 3166-2229**

E-Mail: altenseelsorge@bistum-augsburg.de;

Internet: www.seniorenpastoral.de



www.facebook.com/Seniorenpastoral



BISTUM AUGSBURG