



Lichtspuren im Advent

Adventskalender 2022
27. November bis 25. Dezember

Evangelische und Katholische
Altenpflegeheimseelsorge Reutlingen
Kontakt: Martin.Schmid@kirche-reutlingen.de; 0151-25805283

**„Wenn du Gott erfahren
willst, öffne deine Sinne.“**

Anselm Grün



Liebe Mitarbeitende in den Altenpflegeheimen!

Wie schön, dass die **Lichtspuren im Advent** zu Ihnen gelangt sind. Nach den ermutigenden Erfahrungen und dem positiven Echo haben wir gerne wieder Kalenderblätter gestaltet.

„Wer seine Sinne schärft für das, was um ihn herum geschieht – für seine Mitmenschen, für die Natur, aber vor allem für sein eigenes Inneres – der erfährt Gott. Gott zeigt sich uns und spricht zu uns, er lässt sich betasten, schmecken, riechen.“ (Anselm Grün)

Dieser Spur folgen wir in diesem Jahr im Advent. Auch wenn die Lichter in diesem Jahr nicht so hell in den Städten brennen werden, gibt es noch andere Lichtspuren: Die Dezemberdüfte mit Zimt, Nelken und Kardamom etwa. Wir laden ein, einige Farben und ihre Bedeutung zu entdecken. Und was wäre Advent ohne die Lieder und die Musik? Für die Adventssonntage haben wir vier Lieder ausgewählt: schöne Melodien, starke Bilder und Worte voller Kraft und Hoffnung.

Vielleicht wird in diesen Wochen so auch das Verbindende spürbar. Wir wünschen Ihnen viel Freude mit den Texten, Bildern und Anregungen. Auf der Rückseite finden Sie ein paar Nutzungs- und Gestaltungsmöglichkeiten.

Zusammen mit allen, die am Gelingen des Projekts beteiligt waren, wünschen wir Ihnen und den Menschen, mit denen Sie zusammenarbeiten und leben, **Lichtspuren im Advent**.

Mit herzlichen Grüßen

Katja Badstöber & Sabine Rist & Martin Schmid

Die Realisierung des Kalenders wäre nicht möglich gewesen ohne weitere, vielfältige Unterstützung. Die graphischen Vorlagen wurden von Anna-Lena und Friederike Schmid gestaltet. In diesem Jahr haben wieder Mitarbeitende aus einigen Pflegeheimen kreative Ideen zu den Kalenderblättern entwickelt. Susanne Hagg hat wieder in bewährter Weise Korrektur gelesen. Lisa-Marie Krickhahn (Studentin der Evangelischen Hochschule Ludwigsburg) hat sich um die organisatorische Abwicklung gekümmert.

Druck: Graphische Werkstatt in Reutlingen.

Welche Möglichkeiten haben Sie mit diesem Adventskalender?

- Das **jeweilige Kalenderblatt allen vorlesen**. Gut bei einem Morgenritual oder einer Kaffeerunde, mit adventlicher Musik am Anfang und Ende.
- **Ideenblätter** mit Anregungen für Mitarbeitende zur Vertiefung finden Sie nach den Kalenderblättern. Wir sind sicher, dass Sie noch auf ganz andere Ideen kommen werden. Und auch zu Kalenderblättern, zu denen wir keine Ideen entwickelt haben.
- Außerdem finden Sie Blätter mit einer **einfachen Liturgie**. Vielleicht gibt es Mitarbeitende, die die Liturgie gerne im Wohnbereich feiern und dann den Text des Kalenderblattes vorlesen möchten.
- Sie können Kalenderblätter kopieren, so dass die Bewohner*innen diese **selber in den Zimmern lesen können**.
- Bewohnern des **Betreuten Wohnens** oder des **Wohnens mit Service** können Sie die Kalenderblätter täglich oder wöchentlich als Adventsgruß vorbeibringen.
- Sie vergrößern **die Vorlage auf A3** und hängen das Kalenderblatt **in den jeweiligen Wohnbereichen** an einer Pinnwand auf. Dann bekommen Mitarbeitende und Besucher*innen auch etwas davon mit.

Hinweis: In diesem Jahr haben wir erstmals den Kalender mit Spiralbindung erstellen lassen. Falls Sie die Kalenderblätter ausdrucken wollen, können Sie gerne noch die digitale Version bestellen (Martin.Schmid@kirche-reutlingen.de).

Wir freuen uns über Rückmeldungen

Gerne können Sie uns Ihre Erfahrungen mit dem Kalender mitteilen.

Selbstverständlich freuen wir uns auch über Anregungen, Lob und Verbesserungsvorschläge.

- **Katja Badstöber**, bis Ende Oktober: ADELE, Anlaufstelle für Demenz und Lebensqualität; Sozialdienst Seniorenzentrum Gertrud Luckner, Orschel-Hagen, ab 15. November: Ambulanter Hospizdienst Reutlingen
- **Sabine Rist**, Sozialdienstleitung, Seniorenzentrum St. Elisabeth Eningen, Tel. 07121 - 8201369, Mail: sabine.rist@keppler-stiftung.de
- **Martin Schmid**, Diakon, Altenheimseelsorge Evang. Kirche Reutlingen, Tel. 0151 - 25805283, Mail: martin.schmid@kirche-reutlingen.de



27. November



Aufmachen - „Macht hoch die Tür, die Tor macht weit ...“

(Georg Weissel, Evangelisches Gesangbuch Nr. 1/Gotteslob Nr. 107)

Das ist das erste Lied im Evangelischen Gesangbuch, das Tor zu den Liedern des Gesangbuchs, der Türöffner zum Advent. Dieses Lied – es besingt eine Sehnsucht im Advent.

Es möge sich etwas öffnen ! Unsre Herzen ..., unsere Häuser..., unser Land !
Eine Hoffnung : Türen, bisher verschlossen, öffnen sich und geben den Blick frei auf etwas Wunderschönes, auf Heil und Leben - mitten im Unheil dieser Welt.

Türen öffnen sich.

Tag für Tag öffnet sich ein Türchen am Adventskalender. So üben wir das Warten ein.
Advent - eine Wartezeit, Advent - Einüben in Erwartung. Advent dauert. Er ist nicht sofort und nie auf einmal zu haben. Advent ist im Dezember und dauert vier Wochen lang.

Der König, dem hier Tor und Tür geöffnet werden, ist ein Anti-König. Mit den Herrschern dieser Welt hat er wenig gemein. „Er ist gerecht, ein Helfer wert...“ Gerechtigkeit und Barmherzigkeit sind Namen Gottes. Er ist ein Helfer, ein Heiland.

Er will, dass die Menschen Hilfe erfahren, die sie brauchen. Und dass der Mensch dem Menschen ein Helfer ist, dass kein Mensch sich allein und hilflos im Dunkel der Welt herumschlagen muss.
Und wie können wir uns für das Kommen dieses Königs öffnen ? Er bevorzugt als Eingang unser Herz.

„Die Sehnsucht nach Gott ist der Anfang des Glaubens.“ (Frère Roger)





28. November



Violett – unsere Zeit hat viele Farben

Ab dem 1. Advent sind die Altäre in den Kirchen mit violetten Tüchern geschmückt. Diese Farbe erinnert daran : Wir bereiten uns ab jetzt auf Weihnachten vor. Wir kommen aus dem dunklen November. Ab jetzt wird es heller !

Violett ist auch die Verbindung zweier Farben – rot und blau. Zwei Farben mit sehr unterschiedlichen Bedeutungen – Feuer und Wasser, Kälte und Wärme, hell und dunkel. Violett verbindet also auch Gegensätze wie eben in dieser Zeit auch Himmel und Erde verbunden sind.

Somit wird deutlich warum violett als liturgische Farbe, die Farbe der Stille und Besinnung, Umkehr und Buße, die auf die immer wieder neu nötige Ausrichtung auf Gott hinweisen will.

Ist violett für Sie eher eine helle oder eine dunkle Farbe ?
Was fällt Ihnen ein, das violett ist ?





29. November



Dezemberdüfte

Es gab schönere, freundlichere Tage im Jahr als dieser nasse, graue Schneeregentag. Aber das nasse Grau fühlte sich besser an, wenn man an das warme, fröhliche Bunt dachte. „November duftet wie Rauchschinken, Lavendelseife, alte Bücher und Zimt“, sagte Maja daher. „Ich mag ihn und seine Düfte. Er schmeckt auch gut. Wie grüne Bohnen, Erbsensuppe, Ingwerschokolade und Hagebuttentee.“

„Und der Dezember?“, fragte Vivi. „Wonach riecht der?“

„Lass mich überlegen!“, Maja legte ihr Gesicht in die Hände und dachte nach. Nach einer Weile sagte sie: „Dezember riecht nach Punsch, gebrannten Mandeln, Spekulatius und Tannennadeln, aber auch nach Schnee und Heimlichkeiten.“

„Schnee und Heimlichkeiten? Wie können denn Schnee und Heimlichkeiten riechen? Das ist doch wieder eines von deinen Märchen!“, Vivi lachte. Diese Maja! Immer hatte sie verrückte Ideen.

„Sie gehören zusammen und doch auch wieder nicht“, versuchte es Maja. „Es ist schwer zu erklären. Man spürt es. Wenn es schneit, fühlt man sich irgendwie ‚heimlich‘, und das duftet dann nach Kerzen, Vanille, Linzertorte, heißer Schokolade und Zuckerwatte.“ „Danach duftet Schnee?“ „Nein. Das Heimliche riecht so. Für mich. Für andere riecht es anders.“

„Ach, so ist das.“, Vivi lächelte. „Und wie schmeckt nun der Dezember mit all seinem Schnee und den Heimlichkeiten?“

„Ist doch ganz klar“, sagte Maja und grinste. „Nach Punsch, gebrannten Mandeln, Spekulatius, Vanille, Linzertorte, heißer Schokolade und Zuckerwatte zusammen. Und natürlich nach Schnee und Heimlichkeiten. Oder was dachtest du?“





30. November



Was zum Lachen

Was mögen Autos besonders gerne? – Parkplätzchen.

Was ist ein Keks, der unter einem Baum liegt? – Ein schattiges Plätzchen!

Am Tag vor Heilig Abend sagt das kleine Mädchen zu seiner Mutter: „Mami, ich wünsche mir zu Weihnachten ein Pony!“ Darauf die Mutter: „Na gut, mein Schatz, morgen Vormittag gehen wir zum Friseur.“

Fragt die eine Gans eine andere: „Glaubst du an ein Leben nach Weihnachten?“

Warum klettern die Ostfriesen Anfang Dezember immer durch das Fenster? – Weil Weihnachten vor der Tür steht!

Fragt der kleine Klaus den Nikolaus: „Musst du dein Gesicht auch waschen oder nur kämmen?“

Die Großmutter zur Enkelin: "Du darfst dir zu Weihnachten von mir ein schönes Buch wünschen!" "Fein, dann wünsche ich mir dein Sparbuch."





1. Dezember



Die Engel

Es müssen nicht Männer mit Flügeln sein,
die Engel.

Sie gehen leise, sie müssen nicht schreien,
oft sind sie alt und hässlich und klein,
die Engel.

Sie haben kein Schwert, kein weißes Gewand,
die Engel.

Vielleicht ist einer, der gibt dir die Hand,
oder er wohnt neben dir, Wand an Wand,
der Engel.

Dem Hungernden hat er das Brot gebracht,
der Engel.

Dem Kranken hat er das Bett gemacht,
und hört, wenn du ihn rufst, in der Nacht,
der Engel.

Er steht im Weg und er sagt: Nein,
der Engel.

Groß wie ein Pfahl und hart wie ein Stein –
Es müssen nicht Männer mit Flügeln sein,
die Engel.





2. Dezember



Das Krippenhuhn

Fünfundfünfzig Jahre ist die jetzt alt – meine Krippe.

Der Nachbar hat Zigarren geraucht und bei ihm sah ich die Kiste. Dünnes, helles Holz. Schönes Holz. Deckel und Boden groß genug, zwei Figuren auszusägen. Es gab ja damals kein Sperrholz. Ich musste all meinen Mut zusammennehmen, um ihn zu fragen. Er wollte für jede Kiste 10 Eier.

Wir hatten zwei Hühner, die fraßen mehr, als sie Eier legten. Ich erzählte ihnen von der Krippe. Sie strengten sich an. Ich sparte noch mehr als sonst und im Frühjahr kaufte ich drei Küken. Ich zeichnete die Figuren für die Krippe. Auch die Tiere. Dann fand ich, dass da auch Frauen zum Stall kommen müssten, ist doch richtig oder? Maria würde sich doch bestimmt freuen, wenn auch ein paar Frauen da sein würden, die was von kleinen Kindern verstehen.

Währenddessen gaben sich die Hühner alle Mühe. Nach zwei Jahren hatte ich elf Zigarrenkisten. Ich borgte mir eine Laubsäge und beim Fahrradhändler nahm ich die leeren Lacktöpfchen mit. Da war immer ein kleiner Rest drin. Leider gab es kein Gelb. Deshalb sind die Gesichter so rosa. Nach drei Jahren hatte ich sie fertig. Das war ein Fest, als ich sie das erste Mal aufstellte! Jetzt bin ich achtzig. Ich freue mich immer das ganze Jahr sie aufzubauen. Ach ja, sehen sie das kleine Huhn? Es schläft ... Ich weiß, eigentlich gibt es keine Hühner im Stall von Bethlehem, aber sie werden verstehen.





3. Dezember



Die Legende vom Eisenlebkuchen

Der Legende nach haben die Eisenlebkuchen ihren Namen von einer Nürnberger Lebküchler-Tochter namens Elisabeth erhalten. Die Geschichte besagt, dass der Nürnberger Lebküchler seine Tochter sehr geliebt hat und sie sein Ein und Alles war, da seine Frau bereits an einer Krankheit gestorben war. Eines Tages erkrankte auch seine geliebte Tochter schwer.

Kein Arzt wusste Rat und der Lebküchler war der Verzweiflung nah. In seiner Not dachte er an ein ganz besonderes Heilmittel. Als Lebküchler wusste er um den Wert der orientalischen Gewürze und somit stellte er für seine Elisabeth einen ganz besonderen Lebkuchen her.

Er ließ das Mehl weg und verwendete nur die hochwertigsten Zutaten. Und tatsächlich kam Elisabeth wieder zu Kräften und wurde gesund.

Der Legende nach wurde der Eisenlebkuchen nach Elisabeth benannt. Doch egal, woher der Name nun wirklich kommt und ob die Legende wirklich so passierte, die Eisenlebkuchen sind ein Hochgenuss. Noch heute dürfen die Eisenlebkuchen maximal 10% Mehl enthalten und die Gewürze Zimt, Vanille, Nelken, Koriander, Piment, Muskat, Ingwer und Kardamom sorgen für das typische Lebkuchenaroma.





4. Dezember



Empfangen – "Wie soll ich dich empfangen und wie begegn ich dir ...?"

(Paul Gerhardt, Evangelisches Gesangbuch Nr. 11)

Dezember 1944. Ein Güterzug mit Kriegsgefangenen. Zwei Männer lernen und singen dieses Lied bei dieser Fahrt in eine ungewisse Zukunft. In der Dunkelheit der nächtlichen Fahrt bewährt sich das Lied. Es tröstet wirklich, so wie damals, als es Paul Gerhardt im 30jährigen Krieg gedichtet hat, einer „Welt von tausend Plagen und großen Jammerlast.“

Und da hinein, damals wie heute, stellt der Dichter eine wesentliche Frage: „Wie soll ich dich empfangen?“ Wie soll und kann ich Gott begegnen im Leid der Welt, in der Macht und Streit regiert und es noch manch andere Gründe dafür gibt, dass ich nicht fröhlich sein kann.

„Wie soll ich dich empfangen?“ Empfangen ist das Schlüsselwort. Es sagt aus, dass wir so viele Dinge einfach bekommen, jenseits von unseren Anstrengungen. „Was hast du, das du nicht empfangen hast?“ (1. Korinther 4,7), fragte Paulus einmal die Gemeinde in Korinth, in der viele ziemlich auf ihr Können eingebildet waren.

Wir bekommen vieles einfach so : Zuwendung, Liebe, Freude, Ermutigung, Anerkennung. „Das Wichtigste im Leben bekommen wir immer nur geschenkt.“ Das kann uns im Leben entlasten, wenn wir den Eindruck haben, dass die Anstrengungen kolossal sind und dann so vieles vergeblich erscheint. Das kann uns auch helfen, anders auf Weihnachten zuzugehen.

„Wie soll ich dich empfangen?“ Mit gemischten Gefühlen, mit offenen Händen ... So will ich dich empfangen und so begegn ich dir.





5. Dezember



Grün – unsere Zeit hat viele Farben

„Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser.“ (Psalm 23)

Grün ist der neue Anfang, das Leben, das Wachstum. Zart sprießen nach dem Winter grüne Triebe aus der Erde. Grün ist die Farbe der Natur und der Schöpfung. Deswegen passt Grün auch so gut zu Weihnachten. Jesus ist geboren, neues Leben kommt auf die Erde. Daran erinnert auch das Grün des Weihnachtsbaumes!

Der Begriff „grün“ kommt aus dem Althochdeutschen „gruoen“ und bedeutet so viel wie „wachsen“. Und grün gilt als Farbe der Hoffnung. Gerade an Weihnachten verspüren viele ein Gefühl der Hoffnung. Das Wunder der Heiligen Nacht, das hoffen lässt.

Vermissen Sie im Winter die grünen Blätter an den Bäumen und Pflanzen? Fällt Ihnen etwas ein, das grün ist?





6. Dezember



Wie Nikolaus Spekulatius buk

Wieder einmal ging St. Nikolaus verkleidet durch die kleine Stadt. Er fiel nicht auf unter all den Menschen, und er genoss es, unerkannt zu bleiben. Plötzlich sah er ein trauriges Mädchen. Es saß auf einem Rinnstein und weinte.

„Was fehlt dir denn, Kleines?“, fragte der Nikolaus freundlich. „Ach“, antwortete das Mädchen. „Es ist Nikolaus und alle Kinder haben Süßigkeiten geschenkt bekommen. Nur ich bin leer ausgegangen.“

„Hast du denn keine Eltern?“ – „Schon, aber die haben sich getrennt.“

Da bekam St. Nikolaus Mitleid. „Komm“, sagte er zu der Kleinen. „Ich will sehen, wie ich dich aufmuntern kann.“ Sofort machte sich Nikolaus geschäftig ans Werk. Er rührte und knetete, kostete und mengte eine Masse aus Mandeln, Mehl, Milch und den ausgefallensten Gewürzen. Dann drückte er sie in eigentümliche Formen und buk lauter kleine Nikoläuse für das traurige Mädchen. Schließlich packte er ein großes Säckchen voll und schenkte es ihr. Die Kleine lief überglücklich mit dem Gebäck nach Hause und erzählte ihrer Mutter alles, was sie erlebt hatte – und an diesem Abend fühlten sich die beiden überhaupt nicht einsam.

Viele, viele Jahre später – aus dem kleinen Mädchen war längst eine Großmutter geworden – erzählte sie ihren Enkeln diese Geschichte. „Es war“, schloss sie, „als ob ich den Nikolaus selbst getroffen hätte. Ich glaube, immer wenn es recht kalt wird, backt St. Nikolaus, um den Menschen, denen das Leben bitter geworden ist, ihre Tage ein wenig zu versüßen.“





7. Dezember



Was mein Leben reicher macht

Es sind vor allem die kleinen Momente des Glücks im Alltag, die unser Leben reicher und schöner machen. Das zeigen die vielen Beiträge von Lesern der Wochenzeitung ZEIT, die wöchentlich in der beliebten Kolumne der Zeitung unter der Rubrik „Was mein Leben reicher macht“ abgedruckt werden.

Mein Sohn hat sich meinen Jugendtraum erfüllt: Er hat sich eine nigelnagelneue Vespa gekauft. Und ich, annähernd 70, durfte eine Probefahrt durchs Hamburger Schanzenviertel unternehmen. Herrlich! (Harald Dornberg, Travemünde)

Ein strahlender Oktobersonntagmorgen. Auf einer Bank auf dem Ohlsdorfer Friedhof komme ich mit einer alten Dame ins Gespräch. Über nichts Geringeres als den Tod. Wie wollen wir sterben? Was ist für uns eine gelungene Trauerfeier? Was unser Leben reicher macht? Solche Begegnungen. (Anneke Hoppensack, Hamburg)

Der Herbst; er fährt gerade reiche Ernte ein, rote Vogelbeeren, Hagebutten in allen Größen, von hellrot bis fast schwarz, Brombeeren zum Sattessen, Schlehen und Holunder, und über allem recken Eichen, übersät mit Früchten, ihre Kronen in den blauen Himmel. (Ingrid Meister, Schwarzenbek, Schleswig-Holstein)

Wenn sie mich auf ihrem Weg zur Arbeit aus dem Zug anruft. Der Klang ihres Lächelns trägt mich durch den Tag. (Julien Martin, Würzburg)

Eine Anregung: Was Ihr Leben reicher macht. Überlegen Sie am Ende des Tages, was es an diesem Tag gab oder treffen Sie sich mit anderen und erzählen einander. Manche mache das sogar täglich abends am Telefon.





8. Dezember



Weiß – unsere Zeit hat viele Farben

Wenn sie Weihnachten in die Kirche gehen, sind die Tücher, die dort hängen weiß. Weiß ist die Farbe des Lichtes, weiß ist rein. Viele sagen: Hätte Gott eine Farbe, wäre es Weiß. Engel werden meist in weiß gemalt. Denn Weiß ist auch die Farbe des Glaubens, des Vollkommenen, der Ewigkeit, Unschuld, Reinheit, Wahrheit und Eindeutigkeit. Oft ist der Adventsschmuck weiß oder die Kerzen auf dem Weihnachtsbaum.

Die Assoziationen zur Farbe Weiß wollen mit ihrer symbolischen Wirkung auf Christus hinweisen, der die Mitte des christlichen Glaubens ist; der Anfang und Ende, Beginn und Ziel in Einem ist.

Weiß ist die Farbe des Friedens. „Die weißen Fahnen hissen“ heißt: Lasst uns aufhören zu kämpfen. Auch weißer Kleidung kommt besonderer Bedeutung zu. Die Braut trägt weiß. Aber auch viele Berufsgruppen tragen weiß.

Wofür braucht man denn den weißen Buntstift in der Federtasche? Was fällt Ihnen ein, das weiß ist?





9. Dezember



Wunschlisten

Die Engel bringen die Wunschlisten.
Es sind andere als bei Amazon,
in den Himmel gelangen nur die geheimen Wünsche.
Gott liest sie alle an langen Dezemberabenden.
„Was wünschen sich die Menschen in diesem Jahr?“
„Trost steht an erster Stelle“, antwortet der Statistik-Engel,
der wie immer den besten Überblick hat.
„Dicht gefolgt von Vertrauen.“
Gott nickt. Zum Glück gibt es davon im Himmel einen nie
endenden Vorrat.
In der Nacht zündet Gott ein paar Millionen Sterne an.
Und lässt Eisblumen blühen.
In die Träume legt Gott Zuversicht.
Und im Takt der Herzschläge summt er ein neues, helles Lied.





10. Dezember



Sagt es weiter

Sagt es leise weiter;
sagt allen, die sich fürchten,
sagt leise zu ihnen:
Fürchtet euch nicht, habt keine Angst mehr,
Gott ist da. Er kam in unsere Welt,
einfach, arm, menschlich.
Sucht ihn, macht euch auf den Weg!
Sucht ihn nicht über den Sternen,
nicht in Palästen, nicht hinter Schaufenstern.
Sucht ihn dort, wo ihr arm seid,
wo ihr traurig seid und Angst habt.
Da hat er sich verborgen,
da werdet ihr ihn finden,
wie einen Lichtschein im dunklen Gestrüpp,
wie eine tröstende Hand,
wie eine Stimme, die leise sagt:
Fürchte dich nicht.





11. Dezember



Klagen – "O Heiland, rei die Himmel auf, herab vom Himmel lauf"

(Friedrich Spee, Evangelisches Gesangbuch Nr.7/ Gotteslob Nr. 105)

Im Nebel bei einer Bergwanderung lossteigen. Man kann sich kaum orientieren. Der Nebel lichtet sich nicht. Er wird noch stärker. Dann auf einmal reißt es auf. Nebel und Wolken sind verschwunden. Man kann auf einmal den Weg sehen, der Himmel öffnet sich.

Im Schatten der düstersten Zeit des 30jhrigen Krieges hat Friedrich von Spee dieses Lied geschrieben und war von dieser Hoffnung angetrieben. Unter dem Eindruck, dass Gott der Einzige ist, der helfen kann, aber er scheint himmelweit entfernt. Und so schreit er seine Klage zu Gott.

Not macht stumm. Klagen aber bedeutet: Alles auszusprechen, was mich bedroht, bedrückt und ängstigt. Das kann wichtiger sein als aller Trost und alle Antwortversuche. Wer klagt, richtet sich an Gott als ein Gegenüber. Klage ist ein tiefer Ausdruck der Verbundenheit zu Gott. Selbst dort, wo wir ihn nicht mehr verstehen, sich an ihn wenden und sich ihm anvertrauen.

Vielleicht so wie es Dietrich Bonhoeffer im Gefängnis getan hat, der von sich einen tiefen inneren Zwiespalt kannte und von vielen Fragen und auch Verzweiflung umgetrieben wurde:

„Herr, in mir ist es finster, aber bei dir ist das Licht. Ich bin einsam, aber du verlässt mich nicht. Ich bin kleinmütig, aber bei dir ist Hilfe. Ich bin unruhig, aber bei dir ist der Friede. Ich verstehe deine Wege nicht, aber du weit den Weg für mich.“





12. Dezember



Blau – unsere Zeit hat viele Farben

*„Maria, breit den Mantel aus,
Mach Schirm und Schild für uns daraus;
Laß uns darunter sicher stehn,
Bis alle Stürm vorübergehn.
Patronin voller Güte,
Uns allezeit behüte.“*

Blau ist die Farbe einer berühmten Frau: Die meisten Künstler haben den Mantel von Maria, der Mutter von Jesus, blau gemalt. Die Farbe Blau symbolisiert das Himmlische, die Unendlichkeit, die Wahrheit, die Treue, das Vertrauen. Maria bietet unter ihrem blauen Mantel Schutz.

Blau gehört zu den kalten Farben. Der Himmel und das weite Meer erscheinen blau, deswegen gilt blau auch als klare und weite Farbe. Blau ist auch eine Farbe die Ruhe ausstrahlt, die angenehm ist.

„Blau“ ist auch ein Zeichen für Rettung – denk nur an das Blaulicht.

Was fällt Ihnen ein, das blau ist ?





13. Dezember



**Esel –
oder warum Gott nicht auf ein Pferd gewettet, sondern sich auf
einen Esel gesetzt hat**

Esel stammen ursprünglich aus Afrika (in Zeiten der Pharaonen galten sie als Statussymbole).

Esel sind mutig und stellen sich der Gefahr (verteidigen Schafherden und Propheten).

Esel haben lange und sehr gute Ohren (hören das Flüstern der Engel).

Esel verfügen über Kraft und Haltung (tragen eine werdende Mutter auf ihrem Rücken).

Esel haben eine Schwäche für Karotten und große Wahrheiten (kennen den Weg in den Advent).



Zottelig, stur, starrköpfig. So ist sein Ruf. An der Krippe wirkt er hingegen sanft und zugänglich.

Es gibt sie also, diese andere Seite,

Wie kann ich sie in mir herauslocken, diese andere Seite?



14. Dezember



Ausgebreitete Arme

Das Nachdenken über meinen „Ort des Glaubens“ führt mich zurück in meine Kindheit, in das altmärkische Pfarrhaus in Herzfelde, in ein einsames Gehöft, von einem kleinen Park umgeben, in die klirrende Kälte des Winters und in die üppige Flora des Gartens, der Wiesen, Feldraine und Straßengräben im Frühjahr, zu Lerchengesängen hoch am Sommerhimmel, zu dem Dreschgeräusch und dem Kartoffelkrautfeuertduft im Herbst.

Jeden Abend standen meine Eltern mit gefalteten Händen an den Betten von uns vier Geschwistern und sangen:

Breit aus die Flügel beide, O Jesu, meine Freude, und nimm dein Küchlein ein! Will Satan mich verschlingen, so lass die Englein singen: dies Kind soll unverletzt sein.

Da lief wohl allabendlich eine Träne in mein Ohr. Die Rührung meines Vaters bei diesem Lied übertrug sich immer wieder auf mich. Darin war die ganze Angst aufgehoben, die Lebensangst, die sich in den Träumen, in den Schreckensträumen widerspiegelte, die Verletzlichkeit der äußeren Verhältnisse, das Bestehen eines harten, bisweilen auch bedrohlichen Alltags in der Nachkriegsostzone. Der „Ort des Glaubens“ ist für mich das wohlige, das fröhliche Gefühl, dass über mir Arme ausgebreitet sind: segnend, schützend, einladend, auch zur Umarmung, nicht zur Umklammerung.





15. Dezember



Was ist dein Lieblingssatz in der Weihnachtsgeschichte?

(Lukas 2,1-20)

Mein Lieblingssatz erzählt von Maria. In der Weihnachtsgeschichte hat sie das letzte Wort: „*Sie behielt alle diese Worte und bewegte sie in ihrem Herzen.*“ Wie schön ist das denn! Gerade Mutter geworden zwischen Engeln und Eseln und dann: erstmal gar nichts sagen. Keine Schnappatmung, keine Erklärungen. Das Unbegreifliche ins Herz lassen. Und es dann bewegen. Jahrtausendlang. Bis heute.

Mein Lieblingssatz erzählt von der Schwärze der Nacht. Dem Atem der Tiere. Alle Sinne auf Empfang.

„*Und die Klarheit des Herrn leuchtete um sie.*“

Tausend und eine Nacht sind die Hirtinnen und Hirten auf ihrem Platz. In dieser Nacht erleben sie Erleuchtung. Solche Momente kann man nicht machen. Aber vielleicht kann man sie vorbereiten: Still sein. Nichts wollen. Mit allem rechnen. Einen Raum hüten, der zwischen Goldstift und Zimtstern liegt und allem, das so tut, als sei es wichtig.

Hast Du auch einen Lieblingssatz? Wie lautet er?





16. Dezember



Baumschmuck

Ich hänge kleine Sterne in die Zweige und will nicht vergessen,
gelegentlich nach ihnen zu greifen.

Bei den Kugeln denke ich ein Danke für alles,
was rund war und die Tage zum Glänzen brachte.

Die alten Äpfel aus Holz erinnern mich an das Paradies,
das unverhofft aufscheint in manchen Augenblicken.

Den Engel aus hellem Papier hat die Freundin gebastelt,
die manchmal selbst Flügel zu haben scheint.

Dazu ein paar Nüsse für das, was geheimnisvoll bleibt
und all die Rätsel, die schwer zu knacken sind.

Und auf die Spitze setze ich schließlich
noch einen Stern, einen großen diesmal:
für die Hoffnung, die mich leite in Richtung Himmel.





17. Dezember



Der Engel mit den leeren Händen

Im Himmel lebte ein kleiner Engel, der oft einfach übersehen wurde, weil er nicht sehr musikalisch war und auch nicht gut malen konnte. Das machte ihn manchmal traurig.

Eines Tages herrschte auf einmal große Aufregung im Himmel, weil der Erzengel Gabriel allen aufgetragen hatte, sich für die Geburt des göttlichen Kindes eine Überraschung auszudenken. Alle malten und backten schöne Sachen; nur dem kleinen Engel fiel nichts ein.

Dann kam die Heilige Nacht. Alle Engel drängten sich mit ihren schönen Geschenken um das Jesuskind. Nur der kleine Engel dachte verzagt: Am besten ist, ich verstecke mich, weil ich doch mit leeren Händen dastehe.



Das Kind in der Krippe aber beachtete kaum die schönen Geschenke der großen Engelschar; es schaute lieber den kleinen Engel an, der mit Tränen in den Augen an der Tür stand. Das gab ihm Mut, näherzutreten: Ganz vorsichtig streichelte er die Decke, in die Maria das Kind eingehüllt hatte. Da lächelte das Gotteskind den kleinen Engel an. Sofort stieg dem Engel eine solche Liebe ins Herz, dass er eine Hand erhob und das Kind segnete.

Da wusste der kleine Engel, dass er doch etwas mit seinen ungeschickten Händen tun konnte: streicheln und segnen.



18. Dezember



Staunen – „Ich steh an deiner Krippen hier ... “

(Paul Gerhardt, Evangelisches Gesangbuch Nr. 37/Gotteslob Nr. 141)

Staunen – wir bringen es wohl zuerst mit Kindern in Verbindung, mit ihrer erstaunlichen Fähigkeit, sich zu wundern, sich überraschen zu lassen. Und doch ist Staunen mehr als eine Kindertugend. Wir erinnern uns wahrscheinlich an Augenblicke, in denen wir vom Wunderbaren überwältigt worden sind.

Das Lied Paul Gerhardts ist ein Lied des Staunens, des stillen und glücklichen Schauens. Immer wieder finden wir den Ausruf "o". Wir finden Sätze mit einem Ausrufezeichen. Und hier und da treffen wir auf Haltungen des Staunens: das Stehenbleiben, das liebevolle Schauen, die Anbetung. Und wir erleben den Dichter, wie er immer nach Vergleichen sucht, um diesem besonderen Kind gerecht zu werden. Unsere Kunst wird es sein den Kitsch, den wir manchmal bei Darstellungen des Kindes finden, zurück zu lassen. Das Lied mit seinem liebevollen Staunen ist vom Kitsch weit entfernt. Kreuz und Krippe werden zusammen gesehen. Dazu gehören auch die Worte von der Sonne, die in die "tiefste Todesnacht" hineinscheint.

Wer das Lied spricht oder noch besser hört und singt, kann erleben, wie der Panzer der eigenen Vorstellungen (auch von Gott) durchbrochen werden. Es lädt ein, das Staunen zu lernen. Und weh dem, der auf alles Wunderbare, das man ihm zeigen möchte nur mit einem müden "Weißichschon" oder "Kennichlängst" antwortet. Die Weihnachtsgeschichte ist aufs Staunen angelegt. Ein Staunen, das alles Gewohnte durcheinander wirft. Ein Staunen, das uns in unserem Innern weit macht. Es ist etwas Einmaliges, etwas Unfassbares passiert. Mitten im Alltag.





19. Dezember



Rot – unsere Zeit hat viele Farben

Sicher haben Sie auch schon mal ein rotes Herz gemalt. Rot ist die Liebe. Deswegen passt rot so gut zu Weihnachten. Das ist ja auch das Fest der Liebe. Rote Äpfel am Weihnachtsbaum erinnern an den Apfel, den Eva im Paradies gegessen hat. Rot ist aber auch die Farbe des Blutes. Deshalb ist rot auch ein Zeichen dafür, dass Jesus gestorben ist.

Rot ist die Farbe der Wärme. Es erinnert daran, dass wir es uns im Advent kuschelig machen wollen. Feuer ist auch rot. Es vertreibt Kälte, spendet Licht und Wärme. Das Feuer ist Sinnbild des Göttlichen – Mose sieht Gott als brennenden Dornbusch und der Heilige Geist erscheint den Jüngern als Flamme (2. Mose 3, Apostelgeschichte 2).

Hildegard Knef sang in ihrem bekanntesten Lied : „Für mich soll's rote Rosen regnen. Mir sollten sämtliche Wunder begegnen. Die Welt sollte sich umgestalten. Und ihre Sorgen für sich behalten.“

Rot heißt auch Stopp ! Auf den Verkehrsschildern bedeutet es: Das ist verboten! Oder: Das ist gefährlich! Im Sport gibt es die Rote Karte. Und Rot warnt auch in der Natur. Der giftige Fliegenpilz ist rot.

Mögen Sie eher hell- oder dunkelrot ? Was fällt Ihnen ein, das rot ist ?





20. Dezember



Die Geschichte des Christstollen - Erst die Butter machte den Stollen schmackhaft

Die Geschichte des Dresdner Christstollen reicht bis in das 15. Jahrhundert zurück.

Damals war der Stollen ein einfaches Backwerk, das auch Striezel oder Strutzel genannt wurde und nur in der vorweihnachtlichen Zeit als Fastenspeise erlaubt war. Erst im letzten Jahrhundert entwickelte sich dieses einfache Backwerk zu der Köstlichkeit, wie wir sie heute kennen. Denn weit bis ins 15. Jahrhundert hinein erlaubte die katholische Kirche für das Striezelrezept kaum mehr als Wasser, Hefe und Mehl. So dürften die Christstollen keine sonderlich schmackhafte Kost gewesen sein, ganz ohne Butter, Milch, Sultaninen, Zitronat oder Mandeln.

Um diesem Dilemma ein Ende zu bereiten wandten sich Kurfürst Ernst von Sachsen und dessen Bruder Albrecht an Papst Nikolaus V. mit der Bitte, das Butter-Verbot aufzuheben. Der Heilige Vater gab diesem statt und sandte im Jahr 1491 den „Butterbrief“ in die Regentenstadt. Gute goldgelbe Butter macht den Stollen schmackhaft und saftig. Nach und nach kamen dann die weiteren Zutaten wie Sultaninen, Mandeln und Zitronat hinzu.

Schon gewusst: Traditionell wurden Stollen früher wochenlang gelagert, um gut durchzuziehen und dabei das typische Stollenaroma zu entwickeln. Im Erzgebirge sogar in den Bergwerksstollen. Auf der Schwäbischen Alb gibt es einen ganz besonderen Christstollen Ein Bäcker nutzt dafür einen besonderen Ort: Die Wimsener Höhle. Sie hat durchgängig 80 Prozent Luftfeuchtigkeit bei konstanten 5 bis 7 Grad.





21. Dezember



War es so? Weihnachten – wie es wirklich war

War es so?

Maria kam gelaufen
Josef kam geritten
Das Jesuskindlein war glücklich
Der Ochse erglänzte
Der Esel jubelte
Der Stern schnaufte
Die himmlischen Heerscharen lagen
in der Krippe
Die Hirten wackelten mit den Ohren
Die Heiligen Drei Könige beteten
Alle standen daneben

Oder so?

Maria lag in der Krippe
Josef erglänzte
Der Ochse war glücklich
Der Esel stand daneben
Der Stern jubelte
Die himmlischen Heerscharen
kamen geritten
Die Hirten schnauften
Die Heiligen Drei Könige wackelten
mit den Ohren
Alle beteten

Oder so?

Maria jubelte
Josef war glücklich
Das Jesuskindlein wackelte mit den
Ohren
Der Ochse lag in der Krippe
Der Esel erglänzte
Der Stern betete
Die himmlischen Heerscharen
standen daneben
Die Hirten kamen geritten
Die Heiligen Drei Könige kamen gelaufen
Alle schnauften

Oder etwa so?

Maria betete
Josef stand daneben
Das Jesuskindlein lag in der Krippe
Der Ochse schnaufte
Der Esel wackelte mit den Ohren
Der Stern erglänzte
Die himmlischen Heerscharen jubelten
Die Hirten kamen gelaufen
Die Heiligen Drei Könige kamen geritten
Alle waren glücklich

Ja, so.





22. Dezember



Ihr Lieben,

dieses Jahr ist alles anders. Ich habe keine Geschenke. Der Baum ist nicht geschmückt. Die Gans schnattert im Garten, aber im Kühlschrank ist noch Suppe. Ich habe die Stube nicht mehr gefegt, obwohl ich das wollte. Mein schönstes Kleid hängt im Schrank, ich trage es ein anderes Mal.

Ich schaffe es nicht, in die Kirche zu kommen.

Ich muss mich um mein Kind kümmern. Es ist gerade geboren.

Euer Gott





23. Dezember



Das Paket des lieben Gottes

Weihnachtsabend 1908 in Chicago. In einer Spelunke treffen sich einige ziemlich abgebrannte Gestalten, die die Gefühlsduselei um Weihnachten schlecht aushalten. Doch mochte keine rechte Stimmung aufkommen an jenem Weihnachtsabend 1908 - bis einer die Idee hatte, man könne sich doch gegenseitig eine Bescherung liefern, die es so richtig in sich hat. Warum nicht die Gelegenheit beim Schopf packen und einigen der Anwesenden mal per Geschenk mitteilen, was man ihnen schon immer sagen wollte. Durch die Blume sozusagen.

Dem Wirt schenkten die übellaunigen Gäste einen Kübel mit schmutzigem Schneewasser von draußen, damit er seinen Whiskey ordentlich verdünnen kann. Der Kellnerin überreichten sie ein scharfes Taschenmesser, womit sie sich die alte Schicht Puder vom Gesicht kratzen sollte. Und dann der Hauptspaß : Etwas abseits saß ein einsamer Gast, von dem einige im Lokal wussten, dass er eine Scheu vor der Polizei hatte. Für ihn rissen sie ein paar Seiten mit Adressen von Polizeiwachen aus einem alten Adressbuch, schlugen diese in Zeitungspapier ein und übergaben ihm das Paket.

Doch das vermeintliche Geschenk entfaltete eine unvorhergesehene Wirkung : Während der Gast es auswickelte, blieb sein Blick auf einem der Zeitungsblätter hängen. Und er las eine kurze Notiz und fing an zu strahlen : „Da lese ich eben in der Zeitung,“ sagte er mit einer verrosteten Stimme, „dass die ganze Sache einfach schon lange aufgeklärt ist.“ Und dann lachte er. Und alle, die es mitbekommen hatten, dass er wohl unschuldig sei, fingen plötzlich aus vollem Halse und fast aus dem Herzen mitzulachen. Und es wurde ein ausgezeichnetes fröhliches Weihnachten, das bis zum Morgen dauerte und alle befriedigte. Und bei dieser allgemeinen Befriedigung spielte es natürlich gar keine Rolle, dass nicht sie das Zeitungsblatt ausgesucht hatten, sondern Gott.





24. Dezember



Das Bild vom Kind im Stall

„Herr, wir haben jetzt unsere Hände gefaltet, um das ganz festzuhalten, was du mit deinem Wort hineingelegt hast: das Bild von dem Kind im Stall.

Lass es uns festhalten als Zeichen, dass du die Lücke gefunden hast, durch die Mauern und Zäune, mit denen wir uns abzusichern meinten : gegen die Andersdenkenden, gegen die Bilder der Not und des Leides, gegen die, denen wir unser wahres Gesicht nicht zeigen mögen, gegen die, die unsere Schwächen auszunutzen drohen.

Hilf uns, befreit und gelöst Weihnachten zu feiern, damit unsere Befreiung überspringen und anderen Freiheit schenken kann.

Verleih uns den Mut, uns von dir beschenken zu lassen, überwinde die Verlegenheit und das schlechte Gewissen, die nichts annehmen mögen.

Bewahre uns davor, Gutes und Böses aufzurechnen, bei dir und bei den Menschen.

Herr, Millionen haben heute in allen Teilen der Welt einen Blick auf deine Krippe geworfen.

Was für eine Veränderung kann von dieser Nacht ausgehen, wenn sie alle, wenn wir alle dieses Bild nicht mehr aus den Augen verlieren. Amen.“





25. Dezember



Dich schickt der Himmel

Schön wäre es. Ich habe das lange schon nicht mehr zu jemandem gesagt. Aber ich erinnere mich, wie das früher Menschen zu mir gesagt haben: meine Mutter oder auch unsere Nachbarin. Meist schwang dabei etwas Überraschtes mit. Ein: großartig-dass-du-gerade-kommst-dann-kannst -du-mir-mal-kurz-helfen. Und immer habe ich es einfach irgendwie so hingenommen. Ohne groß darüber nachzudenken, was das eigentlich für ein großes Bild ist: „Dich schickt der Himmel“: das heißt ja wohl: „Gott sei Dank, dass Du da bist“.

Wem will ich sagen: „Dich schickt der Himmel“? Wer hat mir geholfen, als meine Flügel lahmten? Als mir ein ganzer Monat zu lang wurde? Wen hat mir der Himmel geschickt, als ich einsam und niedergeschlagen war?

Weihnachten – Zeit für einen Perspektivwechsel. Gott schickt seinen Sohn und setzt neue Maßstäbe. Und manchmal braucht es zwischen Himmel und Erde Menschen, die etwas anschubsen. Die praktisch helfen oder eben mit einer himmlischen Botschaft trösten. Ich glaube, wir können alle Menschen und Engel gebrauchen, die uns anschubsen, die der Himmel schickt – und denen wir es ab und zu auch mal sagen: „Dich schickt der Himmel“!

Zum Weiterdenken: Was wohl Maria dachte, als der Engel ihr die Geburt eines Kindes ankündigte? Vielleicht dauert es manchmal eine Weile, bis man spürt: „Dich schickt der Himmel!“





Adventsandacht



Vorbereitung	<i>Eine adventliche Mitte auf dem Tisch oder Boden gestalten mit einem Tuch und z.B. Tannenzweigen, Gesteck, Licht im Glas (je nach Vorgaben), Sternen ...</i>
Einstimmung	Adventliche Musik oder Glockenläuten von der CD oder Beginn mit drei Gongschlägen, Klangschale
Begrüßung	
Gebet	Lebendiger Gott, Licht unseres Lebens. Wir halten Ausschau nach dir. Wir warten auf dich. Öffne unsere Augen, dir entgegenzusehen. Öffne unsere Ohren, dich zu vernehmen in allen Dingen. Öffne unsere Herzen, dass wir es wagen, uns von dir beschenken zu lassen. Du bist uns Hoffnung und Licht. Amen
Adventslied	
Impuls	z.B. Geschichte/Text aus dem Adventskalender und evtl. noch mit eigenen Gedanken ergänzen
Adventslied	
Gebet	(ein vorformuliertes Gebet oder ein frei formuliertes, evtl. Anliegen der Mitfeiernden sammeln und in Worte fassen)
Vaterunser	
Segen	Gott segne dich. Er lasse einen Stern aufgehen über deinem Leben, einen Stern, der die Schatten und die Dunkelheit vertreibt. Einen freundlichen Stern der guten Hoffnung. Einen Gottesstern, einen Jesusstern, einen Friedensstern, einen Stern, der dir Gewissheit und Vertrauen schenkt. So segne und behüte dich der gütige und barmherzige Gott. Amen
Nachklang	Instrumentalmusik oder wieder drei Gongschläge



Weitere Auswahltexte



Bibeltext

Von Herzen freundlich ist Gott,
ein Licht aus der Höhe wird uns besuchen,
wie die Sonne am Morgen aufstrahlt,
und wird uns allen erscheinen
in Finsternis und Schatten des Todes.
Er wird unsere Füße lenken auf den Weg zum
Frieden, und der Friede wird über unseren
Schritten sein.

Lukas 1 nach einer Textübertragung: Jörg Zink

Gebete

Lebendiger Gott,
du bist das Licht der Welt.
Wir rechnen mit dir in unseren Dunkelheiten.
Lass uns aufmerksam sein für alle
Adventsboten, die du uns schickst.
Gerade auf die kleinen Gesten und leisen
Worte, die dein Licht in unser Leben bringt.
Wir danken dir, dass du uns nahe bist.
Amen

*Aus: Adventsboten, Gottesdienst Institut
www.gottesdienstinstitut.org*

Komm, Gott, komm in meine Welt.
Komm mir nah und schau mich mit deinen
gütigen Augen an.
Verbinde, wo meine Seele schmerzt.
Komm, Gott, komm in unsere Welt.
Komm uns nah, allen, die uns nahe stehen
und die unseren Alltag teilen.
Rühr unsere Herzen an, damit das
Adventslicht bei uns wohnen kann.
Sei unseres Lebens Kraft.
Amen

Herr, die vielen kleinen und großen Lichter in
dieser Zeit verstärken in mir die Sehnsucht
nach dem, was mein Leben hell macht.
Die vielen guten Wünsche in dieser Zeit
verstärken in mir die Sehnsucht nach einem
friedlichen Miteinander in dieser Welt.
Du Gott bist das Licht, das nicht vergeht.
Du schenkst Gemeinschaft und Frieden, der
hält.
Ich sehne mich nach dir.
Herr, komm mir entgegen.
Amen

Liturgie und Auswahltexte
zusammengestellt von Sabine Rist

Psalmgebete

Gott, du bist meine Zuflucht.
Bei dir bin ich sicher wie in einer Burg.
Auf dich, Gott, vertraue ich.
Du wirst mich retten
vor den Fallen,
die mir gestellt werden,
aus Gefahr und Verderben.
Du breitest deine Flügel aus über mir.
Unter deinen Schwingen finde ich Zuflucht,
Schild und Schutz ist mir deine Treue.
Ich muss nicht erschrecken vor dem Grauen der
Nacht.

Denn du bist meine Zuflucht,
bei dir finde ich Schutz.

Nach Psalm 91

Ich heb meine Augen auf zu den Bergen.
Woher kommt mir Hilfe?
Meine Hilfe kommt von dir, Gott.
Du hast Himmel und Erde gemacht.
Du wirst meinen Fuß nicht gleiten lassen.
Du behütet mich und schläfst nicht.
Du gibst mir Schatten und stehst mir zur Seite.
Bei Tag wird mir die Sonne nicht schaden
noch der Mond bei Nacht.
Du behütet mich vor allem Bösen.
Du behütet mein Leben.
Du behütet meinen Ausgang und Eingang
von nun an bis in Ewigkeit.
*Nach Psalm 121, in: Köhler, Hanne: Gott,
Freundin der Menschen, S. 35*

Segenstexte

Gott segne dich.
Er sei bei dir in Angst und Dunkelheit.
Er segne dein Warten und deine Sehnsucht.
Er umarme dich.
Er sagt dir zu: Fürchte dich nicht. Ich bin bei dir.
Amen

Das Zelt des Segens mögest du über dir spüren
wie den blauen Himmel voller Sterne,
wie die Luft, die du atmest,
wie die Sonne, die dich wärmt.
So segne dich unser guter Gott. Amen

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 27. November 2022

Thema: Macht hoch die Tür

Ideen für die Gestaltung

1. Gedächtnisaufgabe

- Nennen Sie Begriffe in denen das Wort „Tür“ vorkommt: z. B.: Haustür, Hintertür, Terrassentür, Kirchentür ...

2. Gespräch über Redewendungen zum Thema „Tür“:

Die Redewendungen werden groß auf Karteikarten oder ein Papier geschrieben - nacheinander in die Mitte des Tisches oder Kreises gelegt – und anhand der Fragen kann man ins Gespräch kommen.

(Es müssen nicht alle Fragen gestellt und beantwortet werden – es sind ein paar Impulse und Ideen, um ins Gespräch zu kommen. Hier sollte man sich an den Fähigkeiten, Bedürfnissen, Biographien der Bewohner/innen orientieren.)

- **„Jemandem die Türe öffnen“.** Wo haben Sie in Ihrem Leben Anderen „Türen geöffnet“? Hilfe angeboten, Obdach gewährt, Gastfreundschaft gelebt, Jemandem eine neue Chance gegeben?
- **„Es tut sich immer irgendwo ein Türchen auf“.** Wo haben Sie in Ihrem Leben erfahren, „dass sich eine Türe öffnet“, eine Chance auftut? Wo standen Sie Ihrem Leben auch mal vor verschlossenen Türen?
- **„Dieses Haus hat offene Türen“.** Wo haben Sie in Ihrem Leben „offene Türen“ bzw. Menschen angetroffen, die Ihnen geholfen haben?
- In unserem **Liedtext** bereitet sich der Dichter auf die Ankunft Jesu vor. „Er öffnet ihm die Türen zu seinem Herzen, er lässt ihn eintreten in sein Leben“. Welche Menschen bereichern Ihr Leben? Welche Hoffnung hat Sie durch ihr Leben getragen? Wie denken Sie über den christlichen Glauben/Jesus?

Verfasserin: Friederike Kallenberg, Ergotherapeutin, Haus Georgenberg, Reutlingen

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 29. November 2022

Thema: Dezemberdüfte

Ideen für die Gestaltung

Gemeinsame Bastelaktion: Duftender Nelken-Orangenball

Material: Orangen oder Mandarinen
ganze Nelken (Gewürz)
evtl. Schaschlikspieß
schwarzer dünner Filzstift



Die Orangen in die Hand nehmen und die Nelken vorsichtig in die Schale stecken. Sollte die Schale zu fest sein, kann man mit dem Spieß die Löcher vorstechen.

Hierfür kann man sich selbst ein Muster ausdenken und dieses mit einem dünnen schwarzen Filzstift mit Punkten vorzeichnen oder frei gestalten.

Die fertigen Orangen können dann auf einen Teller oder in einer Schale zusammen mit Nüssen, Zweigen, Zapfen, Sternanis... dekoriert werden. Dann hat man einen angenehmen Duft im Raum.

Wenn man dazu noch eine Orange geschält in Stücken serviert oder eine Tasse Früchtetee dazu trinkt, wird das Dufferlebnis verstärkt.

Tee-Erlebnis

Material: offener Tee mit verschiedenen Früchten und Gewürzen (umso größer – umso besser)
heißes Wasser und Teetassen
Glaskaraffe
Teesieb/Teesei
Flachen weißen Teller

Den Tee öffnen und den Duft erst mal wirken lassen. Eventuell dran riechenlassen. Dann den Inhalt auf den Teller und gemeinsam anschauen. Dabei versuchen die einzelnen Zutaten zu erkennen.

Gesprächsanregung:

- Was für Früchte erkennt man?
- Welche Gewürze kann man erkennen oder riechen?
- Was war der Lieblingstee?
- Tee oder Kaffee?
- Mit oder ohne Milch bzw. Zucker?
- Welche Teesorten gibt es?
- Welche Teesorten helfen bei welchen Krankheiten?

Den Tee aufgießen. Wenn man den Tee in einer Glaskaraffe aufgießt, kann man gemeinsam beobachten, wie das Wasser sich verfärbt.

Nach angegebener Anleitung ziehen lassen und dann genießen!

<https://www.gartenzeitung.com/selberrmacher/kreativecke/duftender-nelken-orangenball-selbst-gemacht/>

Verfasserinnen: Cornelia Raach und Silke Rall, Betreuungsassistentinnen,
St. Elisabeth, Eningen

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 30. November 2022

Thema: Was zum Lachen

Ideen für die Gestaltung

Ein Weihnachtsgedicht zum Mitsprechen:

Die Weihnachtsgans

Dies Jahr macht der Hans
eine Weihnachts ... **gans**.
Beim Bauer kauft er nun,
das Gänschen für sein ... **Tun**.

Die Gans wird eingerieben,
zum in den Ofen ... **schieben**.
Dazu gibt's Rotkraut satt
und Knödel rund nicht ... **platt**.

Die Gans braucht ohne Eile,
eine ganze ... **Weile**.
Der Duft zieht durch das Haus,
das wir ein richt'ger ... **Schmaus**.

Dann muss die Gans schon raus,
sie sieht gar köstlich ... **aus**.
Der Tisch wird schnell gedeckt,
wie das Tier erst ... **schmeckt!**

Zwei Weihnachtsgänse

Es zankte sich ein Gänsepaar
- genau zur Weihnachtszeit -
wer von den beiden schöner war
im Gänsefederkleid.

Wie haben beide kokettiert
in ihren Federleibchen,
wie haben sie herumpoussiert,
das Männchen und das Weibchen.

Doch weil als Gans man Federn lässt,
war's bald vorbei mit Schwofen:
Man holte sie am Weihnachtsfest
gebraten aus dem Ofen.

Alfons Pillach

Quelle: <https://mal-alt-werden.de/die-weihnachtsgans-ein-kurzes-weihnachtsgedicht-zum-mitsprechen/>

Verfasserin: Sabine Rist

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 1. Dezember 2022

Thema: Es müssen nicht Männer mit Flügeln sein

Ideen für die Gestaltung

Gesprächs Anregungen

Einfälle

Was fällt Ihnen ein, wenn Sie das Wort „Engel“ hören?

Wie stellen Sie sich einen Engel vor?

Engel in der Weihnachtsgeschichte

Welche Rolle spielt der Engel rund um die Weihnachtsgeschichte?

Erinnern Sie sich:

Ein Engel verkündet Maria die Schwangerschaft – siehe Lukas 1, 26 -38

Ein Engel ermutigt Josef bei Maria zu bleiben – siehe Matthäus 1, 18-25

Ein Engel führt die junge Familie nach Ägypten um König Herodes zu entkommen – siehe Matthäus 2, 13-15...

Schutzengel

„Denn er hat seinen Engeln befohlen, dass sie dich behüten auf allen deinen Wegen“ (Psalm 91,11)

Haben Sie schon einmal erlebt, dass Sie einen „Schutzengel“ hatten?

"Es müssen nicht Männer mit Flügeln sein"

Das Gedicht vorlesen: Wo sind Sie solchen Engeln in Ihrem Leben begegnet?

Unscheinbare Menschen. Jemand, der Ihnen überraschend die Hand gegeben hat.

Ein Engel, der Ihnen das gebracht hat, was Sie in einer Notsituation gebraucht haben ...

„Du bist ein Engel“

Welche Menschen und Situationen aus Ihrem Leben fallen Ihnen zu dieser Redewendung ein?

Verfasserin: Friederike Kallenberg, Ergotherapeutin, Haus Georgenberg, Reutlingen

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 3. Dezember 2022

Thema: Lebkuchen

Ideen für die Gestaltung

Lebkuchenhaus

Vergangenes Jahr habe ich zusammen mit Bewohnern ein Lebkuchenhaus „gebaut“. Das erprobte Rezept und eine Schritt-für-Schritt-Anleitung findet man hier: <https://www.essen-und-trinken.de/schablone> (Lebkuchenhaus selber machen: Rezept & Anleitung)

Ich bereitete im Vorfeld den Arbeitstisch vor, brachte die gebackenen Hausteile mit und stellte Zuckerguss und Süßigkeiten zum Verzieren bereit. Dann kamen 5 – 6 Bewohnerinnen dazu und gestalteten mit mir zusammen das Häuschen. Natürlich wurde auch nebenbei genascht. Wir hatten viel Spaß bei der Auswahl der Süßigkeiten und beim Kleben. Ehrlicherweise klebte nachher fast alles. Doch das gehört dazu. Weitere Interessierte beobachteten das Geschehen. Wir stellten das Häuschen auf einen Stehtisch im Foyer des Hauses. Es verbreitete einen herrlichen Duft und Viele blieben bewundernd stehen und erzählten sich, wie sie es gestaltet oder wie sie früher schon einmal ein Häuschen mit ihren Enkelkindern gebacken haben. Essen konnten wir es danach dann leider nicht mehr. Doch es hat auch so seinen Zweck erfüllt. Bitte an die üblichen Hygienevorschriften denken. Je nach Zielgruppe könnte man auch schon den Teig gemeinsam herstellen und sich vom Duft verzaubern lassen, der aus dem Backofen kommt. Viel Freude beim Gestalten. *Siehe auch unter <https://www.welt-der-frauen.at/lebkuchenhaus-selber-machen/>*

Die Geschichte des Lebkuchenhauses geht bis 1487 zurück - zu Kaiser Friedrich III aus Nürnberg. Damals ließ er 4000 Kinder auf die Burg kommen und mit Lebkuchen bewirten. Wo der genaue Ursprung des Lebkuchenhäuschens liegt ist allerdings unbekannt. Manche Fachleute vermuten eine mittelalterliche Vorstellung vom Schlaraffenland. Ein anderer Ursprung verweist auf das Märchen „Hänsel und Gretl“ der Gebrüder Grimm.

Woher genau das Wort Lebkuchen stammt, ist ebenfalls ungewiss. Einige Forscher sind sich sicher, dass das Wort etwas mit Leib oder Leben zu tun hat. Die anderen geläufigen Bezeichnungen wie Pfefferkuchen, Honigkuchen oder Gewürzbrot verweisen auf die Bestandteile des Teiges und sind regional unterschiedlich. Hier lässt sich auf eine Verbindung zu den Heilkräutern aus den früheren Klöstern der Mönche schließen, die mit ihren Kräutern aus dem Garten ein gesundes Gewürzbrot gebacken haben und zu Weihnachten verteilt haben.

Text: <https://www.did.geschichte.uni-muenchen.de>

Honigkuchen-Tiramisu

1 Honigkuchen, 2 Dosen Mandarinen (Saft auffangen), ¼ l Mandarinenensaft, 150 g Sahne, 150 g Mascarpone, 150 g Magerquark, 75 g Zucker, Kakaopulver. Sahne schlagen, Mascarpone, Quark und Zucker unterheben. Honigkuchen in 16 Scheiben schneiden. In eine Auflaufform schichten: zuerst 8 Scheiben Kuchen, darüber die Hälfte des Safts, dann die Hälfte der Quarkcreme. Die Schichtung wiederholen. Über Nacht in den Kühlschrank stellen und vor dem Servieren mit Kakao bestäuben.

Gedicht: Vom Honigkuchenmann (Heinrich Hoffmann von Fallersleben, 1809-1894)

Verfasserinnen: Angelika Mohl, Konditorin, Seniorenzentrum St. Elisabeth, Sabine Rist

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 4. Dezember 2022

Thema: Wie soll ich dich empfangen?

Ideen für die Gestaltung

1. Alte „Wortschätze“

In den ersten beiden Liedstrophen sind einige schöne alte Worte und Sätze aus unserer deutschen Sprache zu finden.

Was bedeuten diese Worte?

Was könnten diese schönen, alten Formulierungen bedeuten?

- Empfangen
- Meiner Seelen Zier
- Jesu setze mir selbst die Fackel bei
- Ergötze
- Was mir kund und wissend sei
- Zion
- Mein Herze soll dir grünen
- Lob und Preis

2. Die Schatzkiste bzw. die Geschenke meines Lebens

Material: für jeden Bewohner etwas zum „Schätze“ sammeln (= Zettel auf denen diese Schätze aufgeschrieben sind): Kistchen, Geschenktüte, schöner Briefumschlag oder Kuvert etc.

- „Schätze“ = Zettel auf denen diese Schätze aufgeschrieben sind

- Stifte

Ablauf: Die Bewohner benennen „Geschenke bzw. Schätze“, die sie in ihrer Lebensgeschichte empfangen durften

- Auf jeden Zettel wird ein Geschenk/ Schatz notiert

- Diese „Geschenke/ Schätze meines Lebens“ kann man nun aufbewahren und mit ins Zimmer nehmen und immer wieder raus nehmen und lesen bzw. vorlesen lassen

- Beispiele für „Geschenke oder Schätze des Lebens“: der Ehepartner, Kinder, Familie, Freunde, Bewahrung in der Gefahr, eine schöne oder sinngebende Berufung oder Aufgabe im Leben, prägende Begegnungen, Glaubenserfahrungen ...

3. Achtsamkeitsübung (für geistig fitte Bewohner/innen)

Achten Sie heute ganz bewusst darauf ob sie den ein oder anderen schönen Moment „empfangen dürfen“.

Es kann auch „nur“ eine Kleinigkeit sein: ein Lächeln, eine nette Begegnung, das schöne Wetter, die Sonne, Plätzchenduft, ein schönes Gruppenangebot, die heutige Andacht, Besuch...

Schreiben sie diesen Moment auf oder sprechen Sie heut eine/n Mitarbeiter/in der Betreuung an – damit dieser es ggf. für sie aufschreiben kann.

Verfasserin: Friederike Kallenberg, Ergotherapeutin, Haus Georgenberg, Reutlingen

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 6. Dezember 2022

Thema: Wie Nikolaus Spekulatius buk

Ideen für die Gestaltung

Impulse zur Weiterführung nach dem Vorlesen der Kalendergeschichte

Die Gestalt des Nikolaus steht für Menschen, die aufmerksam sind für die Nöte des Nächsten, die zuhören können und aktiv werden, um zu helfen, zu trösten und Freude zu schenken.

- Wo können wir helfen, trösten?
- Haben Sie schon einmal erlebt, wie Ihre Hilfe jemanden getröstet hat?
- Kennen Sie andere Nikolaus-Legenden?

Anregung zur Gestaltung

- Haben Sie schon einmal selbst Spekulatius gebacken oder kennen jemanden, der es kann/konnte?
- Woraus besteht Spekulatius-Gewürz?
(aus Zimt, Muskat, Gewürznelken, Ingwerpulver, Kardamom, weißer Pfeffer, Anissamen, Zitronenschale)
Ggf. die Gewürze mitbringen, riechen lassen
- Spekulatiuscreme herstellen (Rezepte findet man im Internet) und kosten oder zum nächsten Frühstück reichen
- Alle erhalten ein Stück Spekulatius.

Und weil es am Nikolaustag immer ein kleines Geschenk gibt, finden Sie auf der nächsten Seite ein **Spiel "Stadt-Land-Nuss"**.

So geht's: Für alle eine Kopie machen. Dann buchstabiert eine Person in Gedanken das Alphabet, bis eine andere "Stopp" sagt. So wird der Anfangsbuchstabe der Spielrunde festgelegt. Alle sammeln für sich so viele Worte wie möglich. Am Ende gelten diese, auf die niemand anderes gekommen ist.

Einfacher: Spiel in zwei Gruppen mit zwei Schreibenden

Noch einfacher: Die Teilnehmenden tragen ihre Worte zusammen und füllen ein Blatt aus.

Viel Spaß!

Verfasserin: Sabine Rist

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 7. Dezember 2022

Thema: Was mein Leben reicher macht

Ideen für die Gestaltung

Was mein Leben reicher macht

Material: Körbchen, schöne Steine oder rote Linsen,
Ätherisches Öl (Bergamotte, Orange), Schokolade

- Einleitung
Begrüßung
Lied „Froh zu sein bedarf es wenig“
Kurz erklären, um was es geht: Beispiele aus dem Text vorlesen oder mit eigenen Worten zusammenfassen

 - Schöne Momente sammeln
 - Körbchen in die Tischmitte stellen, jeder bekommt ein paar Steine/Linsen
 - Mit den Bewohner/innen zusammen überlegen „was das Leben reicher macht“ – für jede Idee wird ein Stein/Linse ins Körbchen gelegt (auch Kleinigkeiten machen glücklich)
 - Am Ende zusammen bestaunen wie viel im Körbchen sind, wieviel Glück wir haben und wie reich wir doch sind

 - Gedicht: Momente des Glücks, auch winzig klein
sie sinken in dein Herz dir ein
bewahr' sie gut und sei dir klar
das Glück ist JETZT egal was war!

 - Weil Schokolade bekanntermaßen glücklich macht zum Abschluss Schoki naschen.
- ➔ Geht auch als Zimmerbesuch bei kognitiv fitteren
➔ Bei stark demenziell Erkrankten könnte man ein „Geschenk des Glücks“ machen durch Zuwendung & Berührung, basale Stimulation, z.B. Handmassage mit erhebenden ätherischen Ölen und Trägeröl (Bergamotte oder Orange)

Verfasserin: Claudia Krejci, Betreuungsassistentin, Haus am Schulberg,
Pliezhausen

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 8. Dezember 2022

Thema: Weiß

Ideen für die Gestaltung

Letzte Nacht, da hat's geschneit – ein Wintergedicht zum Mitsprechen

Den Handschuh an, ich bin bereit
ja, letzte Nacht, da hats ge ... schneit!
Auf den Kopf gesetzt, die warme, tolle
Mütze aus ganz weicher ... Wolle.

Oma ist da sehr geschickt,
hat Mütz' und Handschuh selbst ... gestrickt.
Und auch der Schal ist weich und warm,
ich fühl mich wie in Omas ... Arm.

Die Stiefel an, dann geht's hinaus,
draußen sieht es herrlich ... aus.
Die Sonne scheint, die Luft ist klar –
den Winter find ich wunder ... bar.

Ein herrlicher Wintertag – Bewegungsgeschichte mit Schwungtuch

Es ist ein schöner Wintertag. Die Luft ist klar, der Himmel ist blau und die Sonne scheint. Wir holen unseren Schlitten aus dem Keller.

– Das Schwungtuch langsam auf und ab bewegen –

In der Nacht hat es geschneit. Wir sind warm angezogen und stapfen vorsichtig durch den hohen Schnee.

– Im Tempo der Schritte das Tuch auf und ab bewegen –

Der Wind hat etwas aufgefrischt und bläst kalt um unsere Ohren.

– Das Schwungtuch etwas stärker auf und ab bewegen –

Wir ziehen unseren Schlitten einen Berg hinauf. Der Berg ist sehr steil, deshalb kommen wir nur sehr langsam voran.

– Langsame und flache Bewegungen mit dem Tuch machen –

Endlich sind wir angekommen. Nun geht es mit dem Schlitten den Berg wieder hinunter. Wir nehmen Anschwung: Zunächst mit großen, schweren Schritten...

– Das Tuch langsam, aber hoch auf und ab bewegen –

Dann laufen wir immer schneller und schneller...

– Das Tuch steigernd immer schneller bewegen, dabei flachere Bewegungen machen –

...und springen auf den Schlitten.

– Das Tuch einmal mit großem Schwung nach oben bewegen –

Flink fahren wir den Berg hinunter und müssen uns dabei gut am Vordermann festhalten.

– Flache, schnelle Bewegungen machen –

Quelle: <https://mal-alt-werden.de/ein-herrlicher-wintertag-eine-bewegungsgeschichte-mit-einem-schwungtuch/>

Verfasserin: Katja Badstöber

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 9. Dezember 2022

Thema: Wunschzettel

Ideen für die Gestaltung

Gesprächsanregungen

- Über Wunschzettel sprechen.
Gab es diese früher auch schon? Was stand drauf?
Erinnern Sie sich an einen besonderen Wunsch, den Sie als Kind hatten?
Wenn Sie einen Wunsch frei hätten, was würden Sie sich wünschen?
Möchten Sie heute jemandem einen Wunsch erfüllen?
- Wünsche auf vorgefertigte Strahlen schreiben, die zusammen gesetzt einen Stern ergeben. Vielleicht wollen Sie ihn aufhängen, vielleicht – je nach Wünschen – schauen, ob es Menschen gibt, die den ein oder anderen Wunsch erfüllen können (evtl. in Kontakt mit einer Kirchengemeinde, einer Konfirmanden- oder Firmgruppe treten)
- Die Wünsche zu einem Gebet formulieren und bei einer Andacht lesen.
- Oder Wünsche auf Sterne schreiben und sie verschenken oder ein Plakat gestalten.

Gebet: Wunschzettel

Du, Gott.

Wir lesen dir jetzt unseren Wunschzettel vor und versprechen uns was davon. Es stimmt nämlich nicht, dass wir wunschlos glücklich sind. Und der Wunschzettel ist noch nicht fertig. Fortsetzung folgt, jetzt oder nachher oder vielleicht auch erst nach Weihnachten.

- Zugeben dürfen, bestimmte Dinge nicht zu schaffen.
- Morgens gerne aufstehen.
- Zu einem schönstmöglichen Leben kommen.
- Rosinen im Kopf haben.
- Müde sein dürfen.
- Ohne Angst vor dem Sterben sein.
- Warme Füße haben.
- In der Sonne liegen.
- Ein Lachen.
- Bei einem eine Heimat haben.
- Schöne Träume.
- Selig sein.

Was wünschst Du Dir?

Nach Dieter Schupp, <https://gottesdienstkultur-nordkirche.de/liturgien/weihnachten-fuerbitte-wunschzettel/>

Verfasserin: Sabine Rist

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 12. Dezember 2022

Thema: Blau

Ideen für die Gestaltung

Malaktion – "Himmel"

Vorbereitung/ Material

- Verschiedene Farben bereit stellen (Wasserfarben, Fingerfarben, Holzstifte ...) und Pinsel etc.
- Malpapier (A3, A2)
- Malkittel für die Bewohner (wenn gewünscht)
- Bilder zur Inspiration bereitlegen (siehe Anhang)
- Wer mag einen CD-Spieler mit meditativer Musik, als leise Begleitmusik zum Malen
- Sorgen Sie dafür, dass Sie bei der Malaktion mit den Bewohnern möglichst ungestört sind, gehen Sie ggf. in einen Nebenraum.

Ablauf der Malaktion

- Einführung ins Thema:
Text des Kalenderblattes lesen.... Zum Thema Himmel, Blau ins Gespräch kommen.
- Beginn der Malaktion:
„Jeder von Ihnen darf nun den Himmel malen. Vielleicht malen Sie den Himmel wie Sie ihn am liebsten sehen oder vielleicht hat der Himmel für Sie eine besondere Bedeutung. Vielleicht haben Sie auch eine Erinnerung, die Sie mit dem Himmel verknüpfen z.B. der Himmel an einem Lieblingsort oder an einem besonderen Anlass. Der Himmel über der Heimat. Nehmen Sie sich Zeit. Sie entscheiden, wie ihr Himmel aussieht. Es gibt kein richtig und falsch. Man sieht auch bei den Künstlern, dass der Himmel ganz unterschiedlich aussehen kann. Es kommt immer auf den Blickwinkel an.“
Jeder Bewohner darf mit den Farben malen, die ihm am meisten liegen. Es darf z.B. bei Fingerfarben auch gerne mit den Händen gemalt werden.

Schutzmantelmadonna basteln

Material

- Kleine unterschiedlich blaue Papierschnipsel (Ton-, Bunt-, Transparent – oder Geschenkpapier) – *blau ist die Farbe, die Himmel und Erde miteinander verbindet*
- Ein Bogen weißes festes Papier oder Karton
- Stift
- Klebstoff

Bastelanleitung

- Die kurzen Seiten des weißen Kartons werden zur Mitte hin geknickt, sodass ein „Fenster mit zwei Fensterläden“ entsteht
- Die „Fensterläden“ werden aufgeklappt und auf die Innenseite eine Maria mit weitem Mantel übertragen. (Skizzenhaft reicht vollkommen aus)
- Der Mantel wird mit den blauen Papierschnipseln gestaltet (vom Bewohner)
- Die Mitte bleibt weiß, hier kann man nun Namen von Menschen hineinschreiben, die man der Muttergottes Maria besonders anvertrauen möchte... diese werden dann mit den blauen Schnipseln überklebt, also symbolisch beschützt.
- Alternativ kann der Bewohner auch ein Foto von sich selbst oder lieben Menschen in den Mantel geklebt werden.



- Der gestaltete Karton kann nun als Klappkarte aufgestellt werden und wird so zu einem kleinen Hausaltar, wenn z.B. ein paar gepflückte Wiesenblumen dazu gestellt werden und ein Teelicht (LED) davor leuchtet. Man kann nun all der lieben Menschen gedenken, die besonderen Schutz bedürfen und denen wir Kraft wünschen für ihre Lebenssituation und die wir Gott anvertrauen.

Verfasserin: Katja Badstöber

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 13. Dezember 2022

Thema: Esel

Ideen für die Gestaltung

Ideen für die Gestaltung

"Was hat wohl der Esel gedacht in der heiligen Nacht,
als er plötzlich die Fremden sah im Stall?" Lied von Manfred Siebald:
<https://www.youtube.com/watch?v=wkpiPxHFLv4>

Der Eselsritt von Günter Bielemeier
<https://www.waldorf-ideen-pool.de>

Das Eselchen – Ein Mitsprechgedicht

Oft wird vergessen in der Mär,
das Eselchen trägt wirklich ... schwer.
Es trägt nämlich aus freien Stücken
Maria auf dem starken ... Rücken.
Er macht es ruhig und sehr behände,
trägt Maria durchs ... Gelände.
Das Kind, er spürt es ganz genau,
braucht die Liebe dieser ... Frau.
Er sorgt sich auch um die Geburt
macht zum Ende einen ... Spurt.
Bringt Maria ohne Fall
sicher in den warmen ... Stall.

Als dann das Wunder auch passiert
und das Kind geboren ... wird,
wer hat kein Auge zugemacht?
Hat die ganze Nacht ge ... wacht?
Das Eselchen es war brav da,
es sah alles, was ge ... schah.
Hat alles in sich aufgenommen,
hieß das Jesuskind will ... kommen.

<https://mal-alt-werden.de/das-eselchen-ein-kurzes-weihnachtsgedicht/>

Verfasserin: Sabine Rist

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 14. Dezember 2022

Thema: Ausgebreitete Arme

Ideen für die Gestaltung

Über Orte und Worte des Glaubens ins Gespräch kommen

Material: Bilder, Gegenstände, Symbole, Texte, Lieder

Erinnerungen wecken und im Gruppengespräch zusammentragen. Was sind für mich wichtige Orte und was sind für mich wichtige Worte des Glaubens?

Möglicherweise wird Gemeinsames entdeckt und die Kraft, die damit verbunden ist.

Als Vertiefung wäre es möglich nachzufragen, welche Gefühle oder Erfahrungen sich damit verbinden.

Man könnte diese Frage ganz offen ohne jegliche Materialien einspielen oder mit Hilfe von Gegenständen und Texten, die gezeigt werden. Vielleicht genügen aber auch zwei Orte bzw. Texte.

Orte des Glaubens

- Kirchengebäude
- Gottesdienst
- Chor
- Abendmahl
- Konfirmation
- Hochzeit
- Gemeinsames Essen
- Natur: Berge oder Meer
- Friedhof

Worte des Glaubens

- Gebete: Vaterunser, Psalm 23... Morgen- und Abendgebete (wie das Gebet, das Schorlemmer nennt)
- Anfänge von Bibeltexten nennen
- Liedanfänge einspielen

Verfasser: Martin Schmid

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 15. Dezember 2022

Thema: Lieblingssatz in der Weihnachtsgeschichte

Ideen für die Gestaltung

Anregungen zur Beschäftigung mit der Weihnachtsgeschichte

Untenstehende Sätze auf A4-Papier schreiben, auf dem Tisch auslegen, vorlesen und Lieblingssatz auswählen lassen. Bestimmt entsteht dabei ein Gespräch. Oder die Sätze in eine mögliche Reihenfolge bringen und noch einmal lesen.

- Es begab sich aber zu der Zeit.
- Sei begrüßt, du Begnadete!
- Fürchte dich nicht!
- Die Kraft des Höchsten wird dich überschatten.
- Er stößt die Gewaltigen vom Thron und erhebt die Niedrigen.
- Denn Gott hat große Dinge an mir getan.
- Siehe, ich verkündige euch große Freude.
- Und das habt zum Zeichen: Ihr werdet finden das Kind in Windeln gewickelt und in einer Krippe liegen.
- Ehre sei Gott in der Höhe und Friede auf Erden bei den Menschen seines Wohlgefallens.
- Da sie das Kind aber gesehen hatten, breiteten sie das Wort aus.
- Der Stern ging vor ihnen her.
- Denn er bringt der Welt Frieden und wendet sich den Menschen in Liebe zu.
- Kommt, wir gehen nach Bethlehem. Wir wollen sehen, was dort geschehen ist.

(nach Lukas 2)

Vielleicht mag sich die Gruppe auch auf einen Satz einigen und ihn gestalten (Tonkarton, malen, kleben ...). Das Kunstwerk könnte in einem Gottesdienst, bei einer Andacht oder sonst einer Gelegenheit vorgestellt werden.

Verfasserin: Sabine Rist

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 16. Dezember 2022

Thema: Baumschmuck

Ideen für die Gestaltung

Anregung für eine Gesprächsrunde / Erinnerungsarbeit

- Baumschmuck früher und heute
- Wann wurde der Baum geschmückt und von wem?
- Gab es echte Kerzen am Baum?
- Wurde der Baumschmuck selbst gestaltet oder sogar evtl. gebacken?
- Wurde der Baum bis zur Bescherung unter Verschluss gehalten?

Schön wäre Baumschmuck zum Anschauen

Kreativ

Wir machen eigenen Baumschmuck aus Holz.

Material für den Stern: 3 Holzstäbchen vom Eis am Stil, Heißkleber oder Holzleim, Gold- oder Silberlack, Glitzer.

Die Holzstäbchen werden so übereinandergelegt, dass ein Stern entsteht.

Anschließend aufeinander geklebt und gemalt oder besprüht. Zum Schluss wird noch eine Aufhängung angebracht. Gut trocknen lassen.

Gedicht

Der kleine Strohstern

Ein kleines Sternchen sagte froh:
Ich bin nicht nur ein Stern aus Stroh.
Zu Weihnachten häng ich am Baum
und das ist wahr, nicht nur ein Traum!

Da gehörs du gar nicht hin,
ich bin hier die Königin!
sprach die Kugel arrogant,
weil sie sich so entzückend fand.
Ein Stern war es, der in der Nacht
Licht über Bethlehem gemacht,
damit man es findet, das Kind im Stall.
Das weiß man schließlich überall.

Er hatte Recht, der kleine Stern.
Die Kugel hört das gar nicht gern,
doch schwieg sie still, war sehr gescheit,
er führt zu nichts, der dumme Neid!

Regine Meier zu Verl; <https://reginameierzuverl.wordpress.com>

Verfasserin: Sabine Stosz, Betreuungsassistentin, Seniorenzentrum St. Elisabeth, Eningen

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 17. Dezember 2022

Thema: Der Engel mit den leeren Händen

Ideen für die Gestaltung

Impulse zur Weiterführung

- Gerade für ältere Menschen, die nicht mehr so aktiv sein können, mag sich die Frage stellen:
- Wie sieht mein „Geschenk“ für die anderen, für die Gesellschaft, für die Familie aus?
- Was kann ich noch beitragen, wenn ich körperlich gebrechlich bin?
- Was bedeutet hier streicheln und segnen?
- Für alle eine Gänsefeder besorgen, die Weichheit fühlen lassen, sich mit der Feder leicht übers Gesicht streichen oder der Nachbarin über die Hand, falls sie dies möchte.

ENGEL FÜR DICH

Ich wünsche dir einen Engel,
der am Morgen mit dir aufsteht
und dir das Licht zeigt.

Ich wünsche dir einen Engel,
der dich an der Hand nimmt,
und dir bei deinem Tagwerk hilft.

Ich wünsche dir einen Engel,
der dir stets einen Schritt voraus ist
und dich treu behütet.

Ich wünsche dir einen Engel
der dich ins Bett bringt
und zärtliche Lieder singt.

Ich wünsche dir einen Engel,
der an deiner Seite wacht,
und alle Dunkelheiten bannt.

Ich wünsche dir einen Engel,
der jeden Tag und jede Nacht
dir in Herz und Seele nahe ist.

Cornelia Elke Schray

Anregung: Den Text für alle auf Karten kleben, vorlesen, gestalten lassen z.B. eine Feder vorsichtig mit Tesa draufkleben. Zum Selbstbehalten oder zum Weiterschenken.

Verfasserin: Sabine Rist

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 18. Dezember 2022

Thema: Staunen – „Ich steh an deiner Krippen hier ...“

Ideen für die Gestaltung

„Staunen aus dem Briefumschlag“

Wir suchen lauter schöne Bilder aus, die uns zum Staunen und zum Lächeln bringen.

Es können auch alltägliche Bilder und Situationen sein.

Jedes Bild wird laminiert und in einen Umschlag gesteckt.

Alle erhalten einen Umschlag und holen ihr Bild heraus.

Sie zeigen das Bild in der Gruppe herum.

Die Teilnehmenden beschreiben, was sie auf dem Bild sehen, was sie daran zum Staunen bringt, was sie daran erfreut.

Beispiele für die Bilder:

- Ein Sonnenaufgang/Sonnenuntergang
- Schönheit der Natur und der Jahreszeiten
- Ein neugeborenes Kind/Kinder
- Bild von Oma/Opa und Enkeln
- Bild eines Geschenks = Symbol für die schönen Geschenke
- Bild von zwei Menschen, die einander zugewandt sind, als Symbol für Liebe/Freundschaft/wichtige Menschen, die einen im Leben begleitet haben

„Ich steh an deiner Krippen hier ...“

Material: Liedtext (Strophen 1-4), evtl. Krippe, Krippenbild, weitere Bilder ...

Ein Krippenbild zeigen oder eine Krippe in die Mitte stellen

Gespräch:

- Sich in die Rollen der Menschen: Hirten, Weisen... hineinversetzen (evtl. in Verbindung mit Worten aus der Weihnachtsgeschichte) und mit eigenen Worten zusammentragen: Was lässt diese Personen staunen?
- Die einzelnen Liedstrophen (1-4) anhören oder singen. Nach jeder Strophe unterbrechen: Worüber staunt der Liederdichter? Welche Bilder verwendet er, um das Unglaubliche, was er empfindet, auszudrücken? (Evtl. Bilder mitbringen und zeigen: Geburt, Hand, Nacht, Sonne, Licht, Meer ...)
- Welcher Vers gefällt ihnen am besten, welches Bild spricht sie am meisten an?

Verfasser: Friederike Kallenberg, Ergotherapeutin, Haus Georgenberg, Reutlingen;
Martin Schmid

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 20. Dezember 2022

Thema: Christstollen

Ideen für die Gestaltung

Rezept

FÜR DEN HEFETEIG - für 2 Stollen

300 g Rosinen	150 ml Milch
1 TL Zitronenschale	200 g Butter
100 g Orangeat	2 Eier (Gr. M)
100 g Zitronat	100 g Zucker
100 g gemahlene Mandeln	2 Pck. Vanillezucker
850 g Weizenmehl (Type 405)	125 ml Rum
1 Würfel frische Hefe (ca. 42 g)	1 TL Zimt, ½ TL Kardamom, ½ TL Muskat
1 Prise Salz	

ZUM BESTREICHEN: 75 g Butter und 150 g Puderzucker

Zubereitung

1. Rosinen, Zitronenschale, Orangeat und Zitronat zusammen mit Rum und gemahlene Mandeln mischen. Etwa eine Stunde durchziehen lassen.
2. Mehl in eine Schüssel geben, mit den Fingern eine kleine Kuhle bilden. Hefe dort hinein bröseln. Die Milch kurz lauwarm erwärmen. Etwa 2 EL der lauwarmen Milch und eine Prise Zucker über die Hefe geben und in der Kuhle kurz miteinander vermischen. Etwas Mehl darüber streuen. Diese Mischung abgedeckt an einem warmen Ort ca. 15 Minuten gehen lassen.
3. Butter in kleinen Stücken auf das Mehl geben. Eier, Zuckersorten und Salz zusammen mit den Gewürzen darüber geben. Zunächst alles kurz miteinander vermischen, dann mit den Knethaken des Rührgeräts auf höchster Stufe mindestens 5 Min. kräftig durchkneten. Währenddessen nach und nach die Milch zugeben und unterkneten. Zum Schluss kurz die Früchte-Rum-Nuss Mischung unterkneten. Nochmal abgedeckt etwa 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.
4. Teig nochmal kurz durchkneten, in zwei gleichgroße Teile aufteilen für zwei Stollen. Beide Teige zu länglichen Laiben formen. Mit der Teigrolle etwa die Hälfte des Stollens über die lange Kante etwas flach rollen.
5. Den dickeren Teil darüber schlagen und den Laib mit den Händen nochmal zurechtformen. Backblech mit Alufolie, dann mit Backpapier belegen. Die Stollen darauf platzieren und zugedeckt nochmal 30 Minuten gehen lassen. Währenddessen den Ofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Sobald der Stollen nach der Gehzeit in den Ofen geschoben wird, diesen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze herunter schalten. Den Stollen ca. 45-50 Minuten backen. Falls die Stollen zu dunkel werden, mit Alufolie abdecken, bis sie fertig gebacken sind.
6. Butter in einem Topf bei niedriger Temperatur flüssig werden lassen. Die Stollen direkt, wenn sie noch heiß sind, mit Butter bestreichen. Abkühlen lassen. Jetzt nochmal mit flüssiger Butter bestreichen und dick mit Puderzucker bestreuen.

Verfasserin: Katja Badstöber

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 23. Dezember 2022

Thema: Das Paket des lieben Gottes

Ideen für die Gestaltung

Das Paket des lieben Gottes

- Geschichte (evtl. mit Fotos oder Bildern) erzählen
- Gesprächsimpulse
 - Welche Stimmung war bei Ihnen an Weihnachten?
 - Hatten Sie auch schon mal schlechte Stimmung an Weihnachten und dann ist doch was Schönes draus geworden?
 - Gab es bei Ihnen immer Geschenke? War auch das ein oder andere Mal eine Überraschung dabei?
 - Welche Geschenke bringt uns Gott an Weihnachten?
 - Muss ein Geschenk immer etwas zum Anfassen sein, oder kann es auch einfach nur ein Gefühl sein?
 - Geschenke Gottes sind nicht immer offensichtlich
- „Bescherung“:
Sich gegenseitig beschenken (wie die Menschen in der Kneipe):
Aus einem Sack darf jeder ein „Geschenk“ ziehen, eine Kleinigkeit, die vorher besorgt oder gebastelt wurde. Gerne was ganz Einfaches: ein laminiertes Foto mit schönem Motiv, laminiertes Gebet, eine kleine Rittersport-Schoko aus der Weihnachtsedition.
 - Alle Geschenke sind eingepackt und dürfen ausgepackt werden
 - Es darf auch gerne unter den Bew. weitergegeben/beschenkt werden
- Gebet: Lieber Gott, bald feiern wir ein großes Fest: den Geburtstag Jesu. Wir freuen uns sehr, dass du uns deinen Sohn geschenkt hast. Er hat uns viel von dir erzählt, vor allem, dass du als unser Vater gut für uns sorgst und uns alle gern hast. Hilf uns, dass wir das Geschenk des Lebens immer achten und es gut in Ehren halten. Amen

Verfasser/in: Claudia Krejci

Betreuungsassistentin, Haus am Schulberg, Pliezhausen

Ideen für das Adventskalenderblatt vom 24. Dezember 2022

Thema: Gebet für Heilig Abend

Ideen für die Gestaltung

Gebet für Heiligabend – Kuss und Tannenbaum

Gott,
danke für die kleinen Dinge.
Ein Kuss,
ein Tannenbaum,
ein aufmunternder Blick.
Der Kerzenschein.
Danke, dass Kleines mit dir riesengroß sein kann.
Gott,
dieser Tag hat einen besonderen Zauber.
Manches verstehen wir nicht.
Manches tut uns einfach nur gut.
Zusammensein tut gut, mit dir und den Menschen.
Schenke mehr von dieser Nähe.
Gott, sorg du für uns!
Dann wird das Leben leicht.
Amen.

Caroline Raddatz

<https://gottesdienstkultur-nordkirche.de/liturgien/gebete-fuer-heiligabend-kuss-und-tannenbaum/>

Und hier noch ein kleines Rätsel-Geschenk zu Weihnachten:

Welches Lied wurde hier gemalt?

Vielleicht gibt es ja sogar was zu gewinnen?

Vielleicht wollen Sie noch ein weiteres Lied malen und die Bewohner*innen raten lassen?



Auflösung: "Schneeflöckchen, Weißbröckchen ..."

Verfasserin: Sabine Rist;

Bilderrätsel: Sybille Schach