

# Experten fürs Leben

Teilhabe im Alter ermöglichen

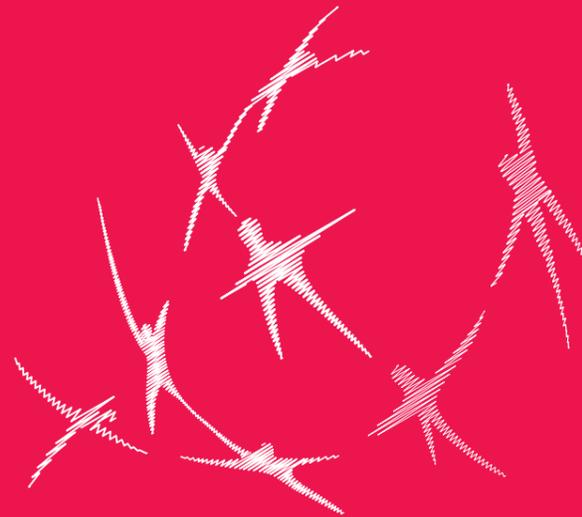
Eine Arbeitshilfe der Caritas-Konferenzen im Erzbistum Paderborn e.V.



Caritas-Konferenzen im Erzbistum Paderborn e.V.  
Verband ehrenamtlicher Mitarbeiterinnen und  
Mitarbeiter in Gemeinden und Einrichtungen  
Uhlenstraße 7 · 33098 Paderborn  
Telefon: 05251 209-280  
ckd@caritas-paderborn.de  
www.ckd-paderborn.de

*Diese Arbeitshilfe wurde gefördert durch  
die CaritasStiftung für das Erzbistum Paderborn.*

Paderborn, Mai 2010



**Das Netzwerk  
von Ehrenamtlichen**



**Das Netzwerk  
von Ehrenamtlichen**

## „Wenn Du keinen alten Menschen zu Hause hast, dann leih Dir einen.“ Griechisches Sprichwort

Alte Menschen sind Experten fürs Leben.

Mit dieser Aussage will der Deutsche Caritasverband Sensibilität für die Fähigkeiten alter Menschen wecken. Das Leben im Alter – wann genau sind wir eigentlich alt? – ist nicht nur ein demographisches Problem unserer Gesellschaft. Die Aufmerksamkeit soll vielmehr auf die Potenziale, die Möglichkeiten alter Menschen gerichtet werden, die sie für das Gemeinwesen bieten. Sie bereichern unsere Gesellschaft – auch wenn sie auf Hilfe angewiesen sind.

Die Caritas-Konferenzen im Erzbistum Paderborn wissen alte Menschen zu schätzen: Der überwiegende Teil der ehrenamtlich Engagierten unseres Verbandes sind im Alter „50+“. Sie sind das „Plus“ für unsere Gesellschaft, für unsere Gemeinden, denn sie bringen Lebenserfahrung und ein breites Wissen mit, aber auch Freude, Dankbarkeit und Zeit. Sie setzen sich ein für andere Menschen und sorgen so für ein besseres Miteinander.

Mit unserer Arbeitshilfe, die von Ehrenamtlichen der CKD zusammengestellt wurde, wollen wir den Blick schärfen: Wie altenfreundlich sind unsere Gemeinden?

Im ersten Teil haben wir eine „Checkliste“ zusammengestellt, um anzuregen, die Teilhabemöglichkeiten für alte Menschen zu überprüfen: Dabei geht es gleichermaßen um bauliche Aspekte, wie um Fragen der Haltung, der Beteiligung und der Einbindung.

Im zweiten Teil weiten wir diesen Blick auf das Gemeinwesen: unser Dorf oder Stadtteil, und damit auf die politische Ebene.

Zum Schluss bieten wir eine Fülle von Ideen, wie Altenarbeit interessant und generationsübergreifend gestaltet werden kann, um so die Solidarität zwischen den Generationen zu fördern.

Caritas-Konferenzen sind aufgefordert, gemeinsam mit Pfarrgemeinderäten und anderen Gremien der Gemeinde bzw. des pastoralen Raums, den Fragen und Anregungen nachzugehen und zu überprüfen, was davon umgesetzt werden kann. Unsere Arbeitshilfe hat keinen Anspruch, vollständig zu sein, sondern will zur Auseinandersetzung mit dem Thema anregen. Über Rückmeldungen, Ergänzungen und Anregungen würden wir uns freuen.



Margarete Klisch

Vorsitzende der Caritas-Konferenzen im Erzbistum Paderborn e.V.

PS: Wenn Sie Unterstützung bei der Arbeit mit der Arbeitshilfe benötigen, rufen Sie uns an, wir helfen Ihnen weiter. Wenn Sie nähere Informationen zu den Projekten der Ideenbörse wünschen, vermitteln wir Ihnen gerne den Kontakt.

### **Experten fürs Leben – Möglichkeiten und Kompetenzen erkennen**

Alte Menschen haben Lebenserfahrung, kennen Lebenskrisen, haben viele Herausforderungen gemeistert und haben Zeit. Wird das Alter als Lebensabschnitt gesehen, der Chancen für Neues bietet? Gelingt es uns, den Blick von den Defiziten zu lösen und diese Potenziale zu sehen, zu nutzen und wertzuschätzen? Investieren wir Zeit, Geld und Personal in Gruppen, die sich aus alten Menschen zusammensetzen? Erhalten alte Menschen positive Bestätigung und Dank für ihr Engagement oder wird das selbstverständlich hingenommen?

### **Sprachliche Wertschätzung**

„Rentnerschwemme, Überalterung, Pflegelast“ – ob absichtlich oder zufällig, die sprachliche Diskriminierung alter Menschen ist unhöflich und zeugt von mangelnder Achtung und schlechten Manieren. Deshalb sollten wir unseren Sprachgebrauch reflektieren und uns fragen, wie möchten wir mit 50, 60, 75 oder 90 Jahren angesprochen und wahrgenommen werden, als Experten fürs Leben oder „die paar Alten“?

### **Gottesdienste – Orte der Gemeinschaft, Orte der Begegnung**

#### **Kommunio – Gemeinschaft – „Netzwerk Gemeinde“**

In der Eucharistiefeier begegnen wir Gott und feiern die Gemeinschaft mit IHM. Ein Gottesdienst kann nur in Gemeinschaft stattfinden, diese Gottesdienstgemeinschaft – Kommunio – bildet ein Netzwerk, das auch füreinander sorgen kann. Die Gottesdienstgemeinschaft kann im positiven Sinn „soziale Kontrolle“ ausüben: Wird darauf geachtet, welche alten Menschen plötzlich nicht mehr am Gottesdienst teilnehmen? Wer geht diesen Menschen nach und klärt, warum sie nicht mehr kommen? Werden alte Menschen, die in der Gemeinde (noch) fremd sind, willkommen geheißen und erfahren die Hilfe und Unterstützung, die sie brauchen?

#### **Gebetsgemeinschaft**

Alte Menschen haben Zeit und können beten: Nutzt die Gemeinde die Bereitschaft alter Menschen, sich im Gebet für die Anliegen der Gemeinde besonders einzusetzen: z. B. Rosenkranzgebet für die Kommunionkinder/ Firmbewerber, Totengebet, Gebetsstunden für besondere Anlässe?

#### **Gottesdienstzeiten**

Gibt es feste Gottesdienstzeiten am Sonntag und an den Werktagen? Sind die „Rotationslösungen“ bei wechselnden Zeiten und Orten im pastoralen Raum leicht verständlich? Wo werden diese Zeiten veröffentlicht? Aktualisierungen ausschließlich im Internet zu veröffentlichen, schließt Menschen ohne Internetzugang aus. Veröffentlichungen im Schaukasten der Pfarrgemeinde müssen gut lesbar sein (große Schrift, ausreichende Beleuchtung).

Gottesdienste in der Woche sind gerade für alte Menschen ein Element der „Tagesstrukturierung“, ein Grund, sich anzukleiden und vor die Tür zu gehen. Wird dies bei der möglichen Streichung von Gottesdiensten bedacht? Werden ggf. Alternativen angeboten: Wortgottesfeiern statt Eucharistie, Rosenkranzandacht, Gebetsstunden?

# Fragenkatalog

## „Wie altenfreundlich ist unsere Gemeinde?“

### **Angebote für kranke und bettlägerige Menschen**

Finden in den Alteneinrichtungen und Krankenhäusern im Pastoralverbund bzw. in der Gemeinde regelmäßig Gottesdienste statt?

Wird die Kapelle des Altenheims/Krankenhauses auch für Gottesdienste der ganzen Gemeinde genutzt?

Werden diese Termine in den Pfarrnachrichten bekannt gegeben?

*Krankenkommunion:* Wird regelmäßig auf die Möglichkeit hingewiesen? Fragen Gemeindemitglieder, insbesondere CKD-Mitarbeiter/innen nach, ob die Krankenkommunion gewünscht wird, oder müssen sich die alten Menschen selbst melden? Gibt es ausschließlich feste Termine (Herz-Jesu-Freitag) oder bringen Pastöre/Diakone/Kommunionshelfer/innen die Krankenkommunion am Sonntag oder zu anderen Terminen? Helfen CKD-Mitarbeiter/innen bei der Vorbereitung zur Krankenkommunion, sind sie während der Krankenkommunion anwesend, um die Angehörigen zu unterstützen?

*Krankensalbung:* Wird über das Sakrament der Krankensalbung regelmäßig informiert, wie wird es dargestellt? Können individuelle Termine abgesprochen werden? Findet regelmäßig (jährlich oder halbjährlich) ein Gemeinschaftstermin im Rahmen eines Gottesdienstes statt? Wer kümmert sich um die Vor- und Nachbereitung? Wird ein Fahrdienst und Krankentransport angeboten?

### **Im Ablauf des Gottesdienstes**

Gibt es ausreichend Liederbücher (Gotteslob und andere Lieder- und Gebetstexte) in Großdruck?

Wird bei Kopien von neuen Liedern/Gebeten auf eine große und deutliche Schrift und die Nutzung von hellem Papier geachtet?

Ist die Mikrofonanlage gut eingestellt? Funktionieren die Mikrofone an den verschiedenen Standorten?

Gibt es Sitzreihen mit digitaler Hörschleife für Menschen mit Hörgeräten?

### **Kommunionausteilung bei Gehbehinderten/Rollstuhlfahrern:**

Gibt es eine Bank für die Menschen, die nicht nach vorne gehen können, wo der Pastor/Kommunionshelfer/in automatisch hingeht? Gibt es eine „Ordnung“? Kommen sie zuerst oder zuletzt dran? Wechseln sich Pastor und Kommunionshelfer/innen hier ab?

### **Demenziell veränderte Menschen im Gottesdienst**

Wie geht die Gemeinde mit alten Menschen um, die sich scheinbar unangemessen verhalten?

Erhalten demenziell veränderte Menschen die Kommunion oder werden sie weggeschickt?

Gibt es Menschen, die sich während des Gottesdienstes um verwirrte Menschen kümmern und sie ggf. begleiten?

Wissen die Angehörigen über diese Regelungen Bescheid?

### **Zugangs- und Beteiligungsmöglichkeiten**

#### **Hin- und Rückwege**

Können alte Menschen auch ohne eigenen Pkw an den Gottesdiensten und an Veranstaltungen im pastoralen Raum teilnehmen?

#### *Öffentlicher Personennahverkehr:*

Wie sind die Verbindungen im ÖPNV? Fahren Busse/Bahnen auch sonn- und feiertags? Wie sind die Verbindungen in den Abendstunden, besonders im Winter?

Sind die Fahrpreise bezahlbar? Gibt es Vergünstigungen, z. B. für Rentner oder Gruppen?

Ist eine Bushaltestelle in der Nähe der Kirche?

Sind die Zeiten des Gottesdienstes oder anderer Veranstaltungen mit den Ankunfts- und Abfahrtszeiten des ÖPNV abgestimmt? Werden bei schlechter Abstimmung mit dem ÖPNV die Räume bereits früher oder länger geöffnet?

#### *Alternativen zum ÖPNV:*

Gibt es im pastoralen Raum einen „Kirchen-Bus“, der für Fahrdienste eingesetzt werden kann?

Ist ein ehrenamtlicher Fahrdienst vorhanden? Könnte er organisiert werden?

Gibt es eine Infowand in der Kirche: „Ich suche eine Mitfahrgelegenheit“?

### **(Bauliche) Hindernisse in der Kirche**

Gibt es Rampen, die Treppenstufen überwinden? Gibt es stabile Handläufe/Geländer? Sind Belag und Fußböden rutschfest? Ist zwischen den Bankreihen ausreichend Platz?

Gibt es in der Kirche einen Platz für Menschen im Rollstuhl oder mit Rollator? Haben die Menschen von dort eine gute Sicht? Sind sie mit ihrem Rollstuhl gut aufgehoben oder im Weg, z. B. im Mittelgang, wo dann alle, die zur Kommunion gehen, sich drum herum drängen müssen?

Besteht die Möglichkeit, mit Rollator oder Rollstuhl den Schriftenstand (Pfarrbrief, Infos, etc.) zu erreichen und an den Marienaltar heranzukommen, um dort eine Kerze anzuzünden?

Ist die Beleuchtung auf den Zugängen und in den Räumen ausreichend und hell?

Sind alle unvermeidbaren Stolperfallen gut gekennzeichnet und beleuchtet?

Gibt es in oder unmittelbar an der Kirche eine (Behinderten-)Toilette, die vor, während und nach den Gottesdiensten geöffnet ist?

### **Behinderten- und altengerechte Pfarrheime**

Einige der genannten Fragen mit Blick auf bauliche Hindernisse gelten auch hier: Rampen, Handläufe, Beleuchtung, Stolperfallen beseitigen oder kennzeichnen ...

Gibt es mindestens eine ausreichend große Behindertentoilette? Wenn keine Behindertentoilette möglich ist:

Sind Haltegriffe und ein Toilettenaufsatz vorhanden?

Bei Pfarrheimen über zwei Etagen: Ist ein Aufzug oder ein Treppenlift vorhanden?

Gibt es eine Mikrofonanlage im Saal?

Sind die Türen breit genug für einen Rollstuhl?

### **Möglichkeiten und Kompetenzen nutzen**

Gibt es einen Ansprechpartner im PGR, der für alte Menschen zuständig ist (Seniorenbeauftragte/r)?

Werden alte Menschen zum Mitwirken in den gemeindlichen Gremien aufgefordert (z. B. im PGR)?

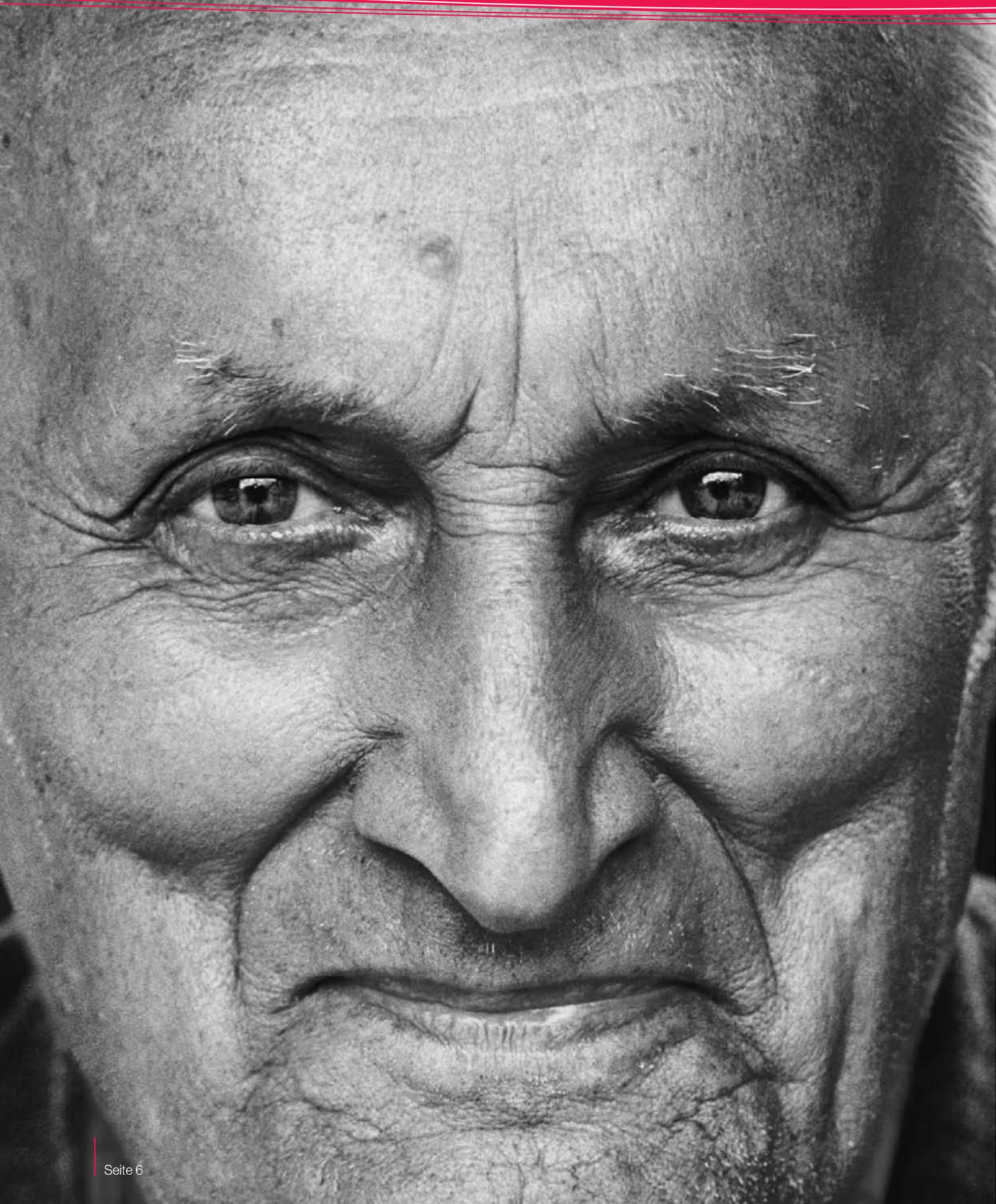
Gibt es ein gemeinsames Programm aller Beteiligten (CKD, kfd, KAB) im Bereich Seniorenarbeit?

Werden Altenheime/Einrichtungen der Altenhilfe für Angebote der Gemeinde genutzt? Tagen Gremien und

Gruppen der Gemeinde auch mal im Altenheim? Werden die Grünanlagen der Einrichtungen bei Pfarrfesten mit einbezogen? Nutzt die Krabbelgruppe der Gemeinde den Gymnastikraum des Altenheims, übt die Kinderschola im Foyer?

Gibt es angemessene Formen bei Beerdigungen alleinstehender und/oder bedürftiger Menschen? Zum Beispiel: Gruppe „Stilles Geleit“, Unterstützung beim Beerdigungskaffee, bei der Pflege von Grabstätten.

# Blick schärfen für den gesamten Lebensraum: Dorf, Stadtteil, Quartier



## **Können die infrastrukturellen Angebote für alte Menschen verbessert werden?**

Gibt es im Ort abgesenkte Übergänge, Querungshilfen, gute Straßenbeleuchtung, ausreichend Bänke und Unterstände, Alternativen zu Treppen ...?  
Gibt es Einkaufsmöglichkeiten, die gut zu erreichen sind? Sind Mitfahrgelegenheiten zu organisieren?  
Gibt es einen Lieferservice des Supermarktes?  
Gibt es Bank und Post oder wenigstens ein Automatencenter mit leicht zu bedienenden Automaten und angemessenen Sicherheitsvorkehrungen?  
Sind Telefonzellen vorhanden, mit einem niedrig angebrachten und damit für Rollstuhlfahrer und Kinder nutzbaren Telefongerät und leichtem Zugang?  
Ist der ÖPNV auf die Bedürfnisse von Senioren ausgerichtet? Lesbare Fahrpläne, Fahrkartenverkauf im Bus bzw. nutzerfreundliche Automaten, niedriger Einstieg, Behindertensitze, Fahrgelegenheiten auch am Wochenende ...

*Medizinische Betreuung:* Gibt es einen Hausarzt in der Nähe? Apotheke am Ort mit Lieferservice? Krankenhaus in der Nähe – Erreichbarkeit – Besuchsdienst der Gemeinde – Katholische Krankenhaus-Hilfe-Gruppe vorhanden? Caritassozialstation – Essen auf Rädern – Haushaltsnahe Dienste?  
Altengerechter Wohnraum am Ort? Alternative Wohnformen im Alter: Mehrgenerationenhaus, Alten-Wohngemeinschaft, Betreutes Wohnen, Tagespflege?

*Friedhofsnutzung:* Ist die Anlage gut beleuchtet, übersichtlich und sicher? Gibt es einen Begleitservice? Sind Bänke, Unterstellmöglichkeiten und Toiletten vorhanden?  
Gibt es Orte der Begegnung, insbesondere am Sonntag? Gemeinde-Café, Kino im Pfarrheim oder Altenheim, Tanztee, Skat-Club, Außen-Schach, Boule-Bahn, Bänke am zentralen Ort, Treffpunkt: Brunnen ...

## **Politische Ebene**

Setzen Sie sich für eine gute Infrastruktur ein: z. B. für die Ansiedlung eines Lebensmittelgeschäfts oder für einen Lieferservice?  
Weisen Sie zuständige Stellen auf die Verbesserung des ÖPNV hin?  
Gibt es einen „runden Tisch“ zur Verbesserung der Lebenssituation von Senioren?  
Engagieren sich Gemeindeglieder als Seniorenbeirat oder kundige Bürger in politischen Gremien?  
Laden Sie Politiker in den Seniorenkreis der Gemeinde ein, damit alte Menschen ihre Probleme und Lösungsvorschläge benennen können (z. B. gemeinsamer Spaziergang durch den Ort)?  
Informieren Sie alte Menschen über die Möglichkeiten der Grundsicherung, um Altersarmut zu vermeiden?  
Haben Sie Informationsmaterial über Erstattungen bei Medikamentenkosten, Pflege, Pflegekosten, Kosten zur Heimunterkunft? Organisieren Sie zu diesen Themen Informationsveranstaltungen?  
Motivieren Sie Menschen, sich als Behördenbegleiter/innen oder Seniorenbegleiter/innen ausbilden und einsetzen zu lassen?

## **Wer sind unsere Partner?**

Unsere ersten Ansprechpartner sind selbstverständlich die Gremien und Verbände/Vereine der Gemeinde, im pastoralen Raum sowie die anderen christlichen Gemeinden.  
Wir können jedoch nicht Fachleute für alle Fragen sein. Wir suchen und wollen deshalb die Kooperation mit fachkundigen Partnern:  
Seniorenbüros, Seniorenbeiräte und -beauftragte, Caritasverband mit seinen Diensten und den caritativen Fachverbänden, Partner bei der evangelischen Kirche, kommunale Dienste, andere Wohlfahrtsverbände oder soziale Initiativen, Grundsicherungsamt, Beratungsstellen für Wohnraumanpassung, Verbraucherberatungsstellen ...

# Ideenbörse: Altenarbeit und generationsübergreifende Projekte und Initiativen

## **Klassische Altenarbeit überprüfen und Angebote erweitern**

Der „klassische“ Alternachmittag behält so lange seine Bedeutung, solange Menschen dorthin kommen. Gleichzeitig können offenere Alternativen der Begegnung geschaffen und die Kompetenzen alter Menschen einbezogen werden. Alte Menschen können gezielt befragt werden, welche Angebote sie vermissen, was für sie interessant ist und was sie selbst einbringen können.

- LISA – Leben mit Selbständigkeit im Alter, eine Seminarreihe für Menschen ab 50, die sich mit dem Älterwerden auseinandersetzen wollen.
- Himmel und Erde – Kochen mit Trauernden; gemeinsame Kochangebote für alleinlebende Menschen
- Gedächtnistraining und Seniorengymnastik
- Nicht allein am Frühstückstisch – Ein Angebot nach dem Werktagsfrühgottesdienst
- Kinonachmittag für Senioren mit alten und neuen Filmen
- Bildungsangebote: „Litschi und Co - Neue Früchte kennen lernen und zubereiten“.
- Tanztee – Für Tango ist man nie zu alt!
- Gemeinsame Theaterbesuche, begleitet, mit Fahrdienst
- Gemeinsame Spielnachmittage – Alt und Jung
- Urlaub ohne Koffer für Senioren im Pastoralverbund

## **Erzähl doch mal – Biographische Angebote**

Im *Erzählcafé* oder beim *Erzählbrunch* (der Sonntag könnte ein günstiger Zeitpunkt für alle Generationen sein) geht es um das *Erzählen von früher*. Themen: Was habt ihr früher gespielt? Wie sah es früher hier (im Dorf, im Wohnviertel) aus? Was habt ihr damals gegessen, gekocht? Wie war es in der Schule? Das erste „Date“? Gegenstände, Bilder und Kostproben bereichern die Erzählrunden.

Senioren und Jugendliche (z. B. Firmbewerber) planen und gestalten eine *Fotoausstellung „Gestern und Heute“*. Bilder von früher (aus dem Bestand der Senioren), die Orte und bemerkenswerte Situationen darstellen, werden von den jungen Menschen neu fotografiert.

## **Generationsübergreifende Projekte und Initiativen**

### **Expertenwissen austauschen**

Handarbeitserfahrene und -begeisterte ältere Frauen geben jungen Menschen im *Treffpunkt „St(r)ickliesel“* Anleitung in diesen alten Kulturtechniken (Stricken, Sticken und Filzen sind beispielsweise ganz in).

Kenntnisse im Einmachen, Einlegen, Marmeladen kochen sind von Seniorinnen gefragt, die im *„Sauerkraut-Club“* ihre Erfahrungen an die jüngere Generation weitergeben möchten.

Die *Gartenzwerge* sind eine Gruppe von Kindern/Jugendlichen und Senioren, die gemeinsam einen Kräuter- und Gemüsegarten im Kindergarten oder im Park der Altenwohnanlage anlegen.

Die Jugendgruppe in der Gemeinde plant einen *Kurs „Umgang mit dem Handy für Ältere“* und bietet ihn für die Senioren in der Gemeinde (z. B. in der Seniorenbegegnungsstätte oder im Altenheim) an.

Jugendliche und junge Erwachsene bieten sich als „Experten“ an, um Senioren den *Weg ins Internet* zu zeigen oder ihnen zu helfen, Informationen zu finden (z. B. Bilder aus der alten Heimat, Ahnenforschung).

### **Sich gegenseitig helfen**

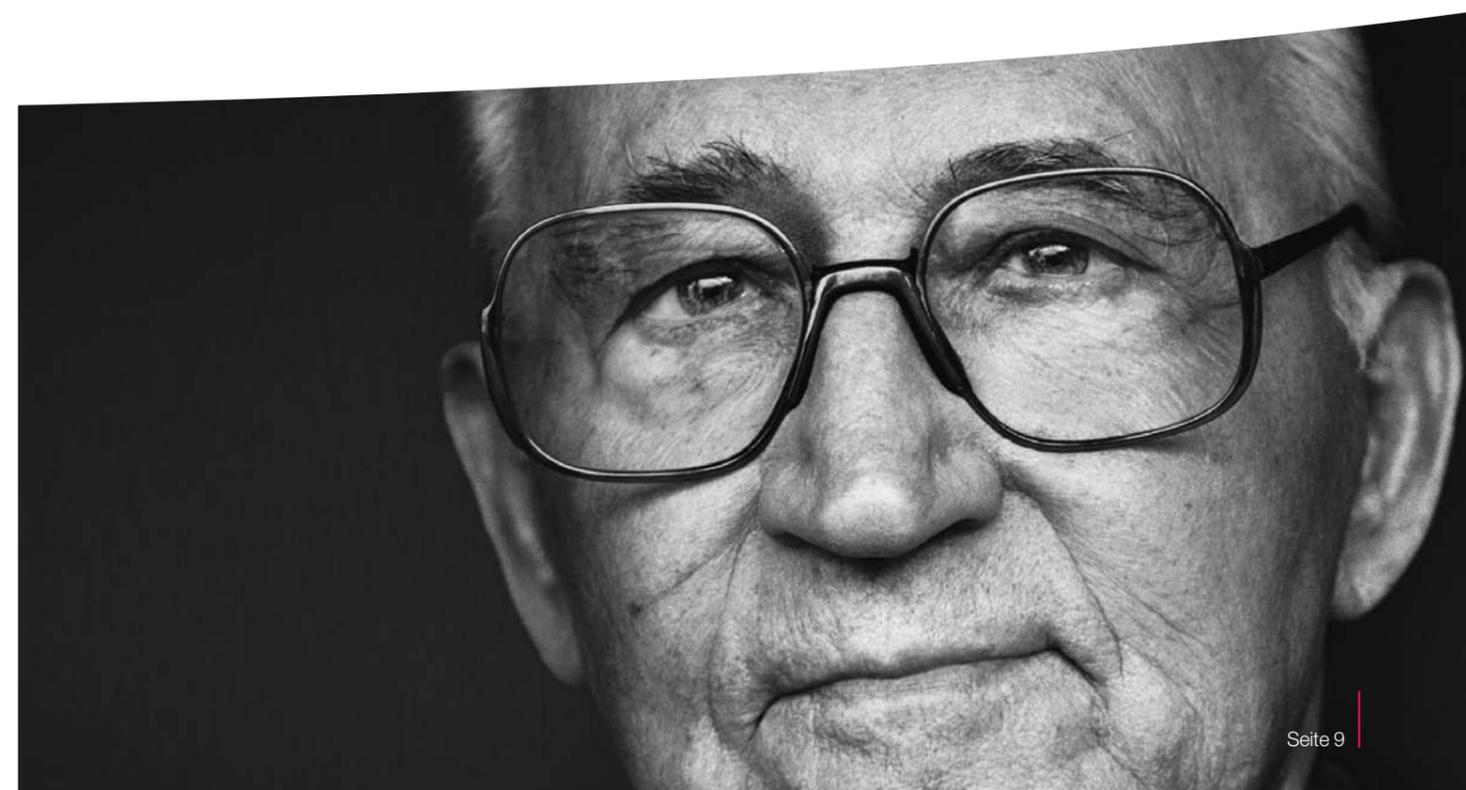
Die Pfadfinder der Gemeinde bieten *Begleitung und Unterstützung beim Friedhofsbesuch* an.

Kinder und alte Menschen gehen gemeinsam durch den Ort, entdecken zusammen die *gefährlichen Stellen im Straßenverkehr* und setzen sich gemeinsam für Verbesserungen ein.

Am „Schwarzen Brett“ in der Kirche werden *Alltagshilfen* wie z. B. Schneefegen, Getränkeboxen tragen, Einkaufsbegleitung, Friedhofsbegleitservice, Mitfahrgelegenheit zur Kirche ... angeboten bzw. gesucht. Freiwillig Helfende und Suchende nehmen direkt oder über die Caritas-Konferenz Kontakt miteinander auf.

Einen *Buch-ins-Haus-Lieferservice* bietet eine Caritas-Konferenz in Zusammenarbeit mit der „Katholischen öffentlichen Bücherei“ der Gemeinde an.

„Leih-Omas“ und Opas bieten ihre *Zeit für Kinder* an, um junge Familien zu unterstützen, z. B. in einer Krabbelgruppe mit Omas, als Vorleser im Kindergarten, Lese- oder Hausaufgabenpate von Grundschulkindern oder bei der Betreuung in verschiedenen Notsituationen.





## **Kultur und Kunst**

*Erzählcafé:* Senioren erzählen von früher (siehe oben)

*Märchenstunde – Dichterlesungen:* Geschichten, Gedichte und Märchen werden von alten Menschen vorgetragen.

*Benimm-Kurs:* Alte Damen und Herren vermitteln Benimm-Regeln und Sprachkultur. Mit einem gemeinsamen Essen im noblen Restaurant wird der Erfolg gefeiert.

*Geschenke für besondere Anlässe können generationsübergreifend gestaltet werden:* Die Seniorenrunde gestaltet Taufkerzen und strickt Söckchen, die vom CKD-Besuchsdienst dann zu Neugeborenen gebracht werden. Bilder mit Weihnachtsmotiven werden von Kindern im Kindergarten gemalt, gerahmt und dann als Geschenk für Kranke und alte Menschen der Gemeinde von der Caritas-Konferenz überbracht.

*Senioren-Theatergruppe:* „Max und Moritz“ und andere Geschichten führen die Senioren als Theaterstücke gestaltet vor Erwachsenen und Kindern auf.

## **Gemeinsam feiern – christliche Traditionen weitergeben – einander begegnen**

Lichtmess, St. Martin, St. Elisabeth, Nikolaus oder der Advent sind Gelegenheiten, die sich für eine gemeinsame Feier von Alt und Jung anbieten.

Die *Nikolausfeier* wird als gemeinsame Aktion des Kindergartens und der Caritas-Konferenz gestaltet. Eingeladen sind hierzu alle Senioren über 70 Jahre und die Kindergartenkinder. Alte und neue Nikolauslieder, die Geschichten über Bischof Nikolaus und Kaffee/Kakao und Plätzchen runden das Programm ab.

Eine Caritas-Konferenz organisiert regelmäßig *Großeltern-/Enkeltage*: an *Mariä Lichtmess* wurde eine Andacht vorbereitet und eine Lichterprozession mit den Kindern durchgeführt. Ein gemütliches Zusammensein im Pfarrheim bildet den Abschluss.

Ein Kindergarten hat ein „*Kinder-Rosenkranzgebet*“ entwickelt, das nun gemeinsam im Mai und Oktober für junge und alte Menschen, Großeltern und Enkel angeboten wird.

Eine Caritas-Konferenz lädt Kinder, Eltern und Großeltern in der Adventszeit zum *besinnlichen Nachmittag* ein. Sie greifen dabei den Brauch auf, eine große, aus Tannenzweigen oder Moos *am Boden gelegte Spirale* zu gehen, in deren Mitte alle an einem großen Licht ihr eigenes Licht anzünden dürfen.

Jugendliche werden angeregt, sich im Altenheim zu engagieren: „*Aktion Jung besucht Alt*“. Dies kann in Zusammenarbeit mit einer örtlichen Schule in Form eines sozialen *Schulpraktikums* organisiert werden oder von der Caritas-Konferenz im Rahmen der *Firmvorbereitung* angeboten werden.