

CKD-IDEENBÖRSE 2

Die Corona-Pandemie hält uns weiter in Atem. Seit mehr als einem Jahr engagieren sich Ehrenamtliche unter schwierigen Bedingungen. Begegnungen und Kontakte sind der Kern unserer Arbeit. Das ist weiter nur eingeschränkt möglich. Trotz dieser Hindernisse gab und gibt es sehr viele kreative Aktionen, die kreativ mit der Situation umgehen und die besonders zu schützenden Kranken und Alten und die bedürftigen Menschen wissen lassen:

Wir sind weiterhin für euch da!

1. Kontakt halten – zu Ostern



Viele nutzen die **CKD-Osternkarten** (geklappt in Postkartenformat, die Hasenohren lassen sich hochklappten, rote Grundfarbe, kostenfrei), andere nutzen Karten mit Motiven der Kirchengemeinde, andere lassen sich Karten von Kindern (Kommunionkinder, Kindergarten, Pfadfinder) gestalten.

Die Karten werden zu Ostern gerne in Verbindung mit kleinen Geschenken überbracht mit:

- gesegneten Palmzweigen, Osterkerzen, Weihwasserfläschchen
- einem Schokohasen, Osterbrot oder einem gebackenen Osterlamm,
- gefärbte Ostereier oder ausgeblasene und nett bemalten Eiern, vielleicht auch von Kindern der Gemeinde gestaltet,
- einer schönen Geschichte, einem Segenswunsch,
- vorgezogenen Frühlingsblumenzwiebeln
- Kleine „Geschenke“ mit Impuls werden auf die Kirchenbänke gelegt: Osterkarte, Rose, Osterglocke mit Buchsbaum (als Gruß von der CKD)

2. Weitere gesammelte Ideen

- Karneval erhalten Senioren oder Familien mit Kindern gepackte Karnevalstüte, mit Luftschlangen, Berliner, Buntstiften, lustige Rätselspiele,
- Seniorennachmittag zu Hause: Sie bringen an dem Tag, an dem normalerweise das Treffen wäre, den Senioren eine Tüte mit Kuchen, Tütchen Spezialkaffee, einer schönen Serviette, einer kleinen Blume und einen Text vorbei.
- Packen Sie Aktionstüten für Familien mit Kindern – mit Buntstiften, Mal- und Rätselbüchern, einem Jojo, Luftballons und anderen Materialien
- Schreiben Sie Geburtstagsgrüße per Karte, vielleicht mit einem kleinen Geschenk.
- Verteilen Sie Stoffteile (alternativ flache Steine, Kacheln), die von Menschen bemalt und gestaltet an sie zurückgegeben werden und zusammengenäht / zusammengelegt ein Bild ergeben, dass zentral aufgehängt/ausgelegt wird.
- Schaffen Sie eine Figur, ein Bild (Patronatsfigur, Madonna, Hl. Elisabeth) an – vielleicht gibt es so etwas in der Gemeinde – und lassen dies von Haus zu Haus wandern. Zusammen mit einem Andachtsimpuls.
- Mutmacher im öffentlichen Raum: Malen Sie mit bunter Kreide Bilder oder Sprüche auf die Straße - vor dem Kindergarten, vor dem Altenwohnheim,...
- Hängen Sie an Bäume und in Geschäfte kleine Trost-Abreiß-Karten.
- Hängen Sie an die Kirche, an Bauzäune (bitte vorher fragen) , an Häuserwände mutmachende Texte – groß geschrieben und laminiert!
- Schicken Sie den Senioren ein Foto von einer Aktion, aus der Zeit, als man sich noch treffen durfte. Mit dem Hinweis: Irgendwann werden wir uns wiedersehen und so viel Freude haben, wie damals.



CKD-IDEENBÖRSE 2

- Machen Sie ein Foto von einer markanten Stelle im Ort, teilen Sie das Bild in mehrere Stücke und werfen diese den Senioren in den Briefkasten. Keiner hat das ganze Bild, aber wenn sie miteinander telefonieren, finden sie gemeinsam raus, was das ist – der Gewinner erhält einen kleinen Preis.
- Jede Mitarbeiterin strickt/häkelt kleine bunte Quadrate, die zu einer großen Decke zusammengenäht wird.
- Organisieren Sie jemanden, der Akkordeon oder ein anderes Instrument spielt. Zusammen mit einigen (wenigen und auf Abstand bedachten) Sängern kann man vor Häusern singen, wo Senioren leben.
- Basteln Sie Dekorationsartikel für Altenheim oder andere soziale Einrichtungen.
- Machen Sie eine kleine „Schnitzeljagd“ im Ort für Kinder: An verschiedenen Orten liegen kleine Überraschungen oder Mitmachaktionen. Laden Sie Eltern ein, mit den Kindern mal diesen Weg zu gehen – die sind vielleicht froh über Abwechslung.
- Fragen Sie im Altenheim oder in der Behinderteneinrichtung nach, was sie für die Bewohner tun könnten – vielleicht wünscht sich eine Wohngruppe mal einen leckeren selbstgemachten Kartoffelsalat oder eine tolle Torte?
- Gründen Sie eine WhatsApp-Gruppe der Seniorenrunde und schicken Sie jeden Tag eine Denksportaufgabe rum.
- Ziehen Sie Pflanzen selbst und schenken diese weiter.
- Bemalen Sie Steine, verschenken sie diese oder legen sie sie an besondere Plätze.
- Schreiben Sie „Hoffungsbotschaften“ und hängen Sie diese auf oder stecken sie sie in den Briefkasten.
- Schreiben Sie auf vier große Zettel „Wir denken an Euch“ und stellen Sie sich zu viert vor die Seniorenwohnanlage, halten die Zettel hoch und winken. Vielleicht ergeben sich Balkon-Gespräche!
- Verleihen Sie DVDs, CDs und Bücher und bringen sie anderen vorbei; kooperieren Sie hier mit der Katholischen Bücherei.
- Verschenken Sie an Menschen, die es nötig haben (Bedürftige, Alleinerziehende, für die die Zeit richtig hart ist) Gutscheine für die heimische Gastronomie, die damit gleichzeitig unterstützt wird.
- Bieten Sie Spaziergänge zu zweit an: Spazieren gehen zu zweit führt immer auch zu guten Gesprächen (Emmauswege).
- Verschenken Sie „Nervennahrung“ an besonders gestresste Mitmenschen. Mit einem Gruß der Caritas-Konferenz.
- Legen Sie an besonderen Orten (Heiligenhäuschen, Wegekreuz, Haltestelle, Bäcker) ermutigende Gebete aus mit dem Hinweis: Wir beten auch für Euch! Beten Sie mit.
- Gespräche am großen Tisch in einer offenen Scheune / am Brunnen / unter der Dorflinde / auf den Bänken auf dem Fußballplatz.
- Verteilen Sie Kochbeutel – mit allem, was zu einer Familienmalzeit gehört: Rezept, Lebensmittel, Servietten, Tischgebet, Nachtisch – So, dass Kinder für Ihre Eltern kochen können.
- Bedenken Sie die Bedürftigen und Armen: Verteilen Sie Lebensmittelgutscheine, gepackte Lebensmitteltüten, vielleicht auch Gutscheine von (online)Bekleidungsgegeschäften, wenn die Kleiderkammern zu sind und die Kinder aus allem rauswachsen.
- Auf einer Bank auf dem Friedhof sitzt eine CKD-Mitarbeiterin für ein Gespräch bereit
- Themenspaziergang: Spaziergang mit Herz, Kindheitserinnerungen,
- Nach dem Gottesdienst können Interessierte noch eine Zeit in der Kirche bleiben, um sich zu unterhalten, evtl. mit einem kleinen Impuls der CKD. Es können Einstiegsthemen vorgegeben werden: Frühling, Freude, Kindheitserinnerungen
- Bereiten Sie einen Wortgottesdienst vor und verteilen ihn. Diesen kann man zu Hause beten. Wir helfen Ihnen auch, eine Telefonkonferenz daraus zu machen, um gemeinsam zu beten und zu singen! Das ist leichter, als Sie denken.
- Origami-Kraniche verschenken: Er steht für Gesundheit, Glück und ein langes Leben und ist somit ein schönes Geschenk an Kranke oder gesundheitlich beeinträchtigte Menschen.
<https://www.origami-kunst.de/faltanleitungen/diagramme/kranich/>

CKD-IDEENBÖRSE 2

3. Telefonisch im Kontakt bleiben

Das weiter sehr wichtige Kommunikationsmittel ist das **Telefon**. Regelmäßige Gespräche mit Altenheimbewohnern und Alleinstehenden geben den Menschen Struktur und Halt.

Manche Ehrenamtliche geben ihre Telefonnummer an und Menschen können anrufen.

Einige CKDs haben Karten gedruckt und in Briefkästen eingeworfen und zum Klönschnack, **Plauder-telefon** oder Telefonklatsch eingeladen. Auf den Karten stehen die Fragen „Möchten Sie angerufen werden? Möchten Sie mitmachen und selbst anrufen?“

Andere haben es so organisiert, dass jede CKD-Mitarbeiterin drei bis fünf Personen regelmäßig anruft.

Eine **Telefonkette** ist auch leicht zu imitieren: Alle Senioren, die mitmachen wollen, erhalten die Liste wer wen wann anruft. Das ist dann täglich auch eine kleine Kontrolle – sind alle fit?

Der Hinweis auf das **CKD-Lichtblicktelefon** kann auch ein Anlass sein, einen Gruß an Menschen zu schicken, die jetzt besonders isoliert sind. 05251 209 219 – diese Telefonnummer können Sie gerne veröffentlichen, z.B. im Pfarrbrief.

4. Impulse und Co

Oft ist man auf der Suche nach kleinen Impulsen, kleinen Geschenken, guten Ideen. In den letzten Wochen haben wir einige Empfehlungen von Ehrenamtlichen erhalten:

Der Kawohl-Verlag versendet jede Woche einen kleinen geistlichen Mutmacher per E-Mail. Zu bestellen bei Kawohl Verlag GmbH & Co. KG: E-Mail-Adresse: mutmacher@kawohl.de

Marburger Medien: Hier gibt es viele Karten, Ideen und kleine Geschenke, die man dort bestellen oder in ähnlicher Form nacharbeiten kann. Zum Beispiel ein Abreiß-Blatt für öffentliche Pinnwände. Auf der Rückseite sind jeweils kleine Impulse. Mehr finden Sie auf www.marburger-medien.de

Auf folgenden Homepages finden Sie ebenfalls nette Karten, Impulse, Bücher und Materialien, die als kleines Geschenk einsetzen können.

<https://www.gott.net>
<https://www.berufe-der-kirche-freiburg-shop.de/>
<https://www.segensart.de/>
<https://www.logo-buch.de/>
<https://www.glaubenssachen.de/ideen-und-geschenke.html>
<https://www.neuesbuch.de/>
<https://www.vivat.de>



Neue CKD-Taschen:

Diese praktischen Taschen, die man zu einem Herz zusammenpacken kann, können Sie bei uns ab sofort bestellen. Sie sind mit einem Karabinerhaken ausgestattet und lassen sich so überall mit hinnehmen. Man kann sie auch mit vielen Nettigkeiten füllen.

Die Kosten liegen bei 1,20 € pro Tasche, ggf. plus Versandkosten.

Dank an alle, die uns Ihre Ideen mitgeteilt haben!

Zusammenstellung

Caritas-Konferenzen im Erzbistum Paderborn e.V.

Uhlenstraße 7, 33098 Paderborn

Telefon: 05251 209-280, E-Mail: ckd@caritas-paderborn.de