

Das Projekt „neongrün statt beige“ bringt Menschen zusammen,  
die ihre Partnerin oder ihren Partner verloren haben

# *Zusammen*

---

# *ist man*

---

# *weniger allein*

---



Der Tod des Ehemanns oder der Ehefrau verändert das ganze Leben. Freunde und Bekannte weichen oft aus, weil sie nicht wissen, wie sie sich verhalten sollen. Hinterbliebene müssen lernen, den Alltag neu zu gestalten und etwas gegen die Einsamkeit zu tun. Die Erzdiözese unterstützt sie durch ein Seelsorgeformat speziell für Verwitwete.

#### — DIE SENIORENSEELSORGE VERNETZT MENSCHEN, DIE VERWITWET SIND

„Ich habe niemanden zum Reden.“ Diesen Satz hat Michael Tress schon oft von Frauen und Männern zu hören bekommen, deren Ehepartner/-in verstorben war. Auch für ganz alltägliche Dinge fehlt jemand: zum Spazierengehen, zum Kochen, zum Reparieren des tropfenden Wasserhahns. Deshalb wollte Tress, der Seelsorger mit und für Senioren im Dekanat Mühldorf ist, Menschen in einer ähnlichen Situation zusammenführen. Dazu schrieb er Frauen und Männer aus Neumarkt St. Veit an, die ihre Ehepartner/-in in den Jahren 2015 und 2016 verloren hatten. Die optisch ansprechende Einladungskarte zum ersten Treffen zeigt bunte Luftballons und das Motto „Zusammen ist man weniger allein“. Dadurch sollte ganz bewusst das Signal gesetzt werden, dass man nicht bei der Trauer stehenbleiben, sondern weiterdenken will. Der Termin wurde außerdem in der Lokalpresse veröffentlicht. „Beim ersten Mal waren gleich 18 Menschen da. 13 hatten sich angemeldet, fünf waren überraschend dazugekommen“, erinnert sich Michael Tress. Mittlerweile hat es bereits vier Treffen in der großen Runde gegeben.



**»Ich bin glücklich, wenn Menschen anfangen, sich mit anderen zu vernetzen und ihre Ressourcen wiederentdecken oder Neues kennenlernen wollen.«**

Michael Tress, Pastoralreferent, Seelsorger mit und für Senioren im Dekanat Mühldorf

#### DIE SENIOREN PASTORAL IN DER ERZDIÖZESE

Die Abteilung Seniorenpastoral ist Anlaufstelle für Fragen der Seniorenarbeit im Erzbistum München und Freising. Sie hat die Aufgabe, in Pfarrgemeinden und Dekanaten zu beraten und sowohl ehrenamtliche als auch hauptamtliche Mitarbeiter/-innen zu qualifizieren und zu begleiten. Sie kooperiert außerdem mit verschiedenen Partnern in Kirche und Gesellschaft. In der Abteilung gibt es die Fachbereiche

„Seelsorge in stationären Einrichtungen“ mit dem Sachgebiet „Demenz“ sowie den Fachbereich „Seniorenseelsorge“ mit dem Sachgebiet „Kooperative Seniorenarbeit“.

Weitere Informationen:  
[www.erzbistummuenchen.de/seniorenpastoral](http://www.erzbistummuenchen.de/seniorenpastoral)



**»Menschen haben in jeder Phase des Lebens und des Älterwerdens Sehnsucht nach Selbstbestimmung, den Wunsch, schöpferisch tätig zu sein und das Bedürfnis nach Kontakt. Bei ‚Zusammen ist man weniger allein‘ geben wir den Freiraum, das zu gestalten.«**

Adelheid Widmann,  
Leiterin der Abteilung Seniorenpastoral

## DAS ALTER ALS DIFFERENZIERTE LEBENSPHASE

Es gibt keine festen Regeln, ab wann man einen Menschen als „Senior“ oder „Seniorin“ bezeichnen darf. Hinzu kommt, dass das Alter mittlerweile die differenzierteste Lebensphase des Menschen überhaupt ist. Es gibt gesunde und fitte 60-Jährige und ebensolche 90-Jährige. Genauso gibt es jüngere und hochbetagte Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen.

Die Aufgabe der Seniorenpastoral ist es, Menschen in ihrer je konkreten Lebenssituation zu begleiten. Das beinhaltet auch die Sinnsuche und die Gestaltung der eigenen Spiritualität. „Allmählich werden auch die 68-er langsam alt“, beobachtet Adelheid Widmann. Diese Alterskohorte habe hohe Ansprüche an die Seelsorge. Der Fachbereich Seniorenseelsorge hat die zunehmende Vielfalt bei den Seniorinnen und Senioren und ihren unterschiedlichen Bedürfnissen vor Augen.

## NEONGRÜN UND LIEBEVOLL

Elisabeth Obergaulinger war von Anfang an dabei. Die 68-Jährige berichtet, wie gut ihr die neongrüne Einladungskarte gefallen hat: „Der Umschlag war auffällig und der Inhalt war sehr liebevoll formuliert. Da habe ich mich gerne angemeldet“, erzählt sie. Auch Franziska Weigand war erfreut über die Einladung. „Mir hat das Signal gutgetan, dass wir nicht vergessen sind“, bekennt die 78-Jährige. Anna Kulhanek fühlte sich vom Motto angesprochen: „Das trifft es auf den Punkt!“, dachte sich die 55-Jährige. Der 78-jährige Jakob Wagner hatte in der Zeitung von dem Treffen gelesen. „Ich habe mir gesagt, da kannst du hingehen, denn die haben dort alle dasselbe erlebt“, berichtet er. Alle vier Teilnehmer/-innen sind froh, dass es dieses Angebot gibt.

Aus der größeren Gruppe heraus entwickeln sich auch Begegnungen im kleineren Kreis. So treffen sich mittlerweile alle drei Wochen sechs bis elf Frauen in einem Café in Neumarkt. Für die wärmere Jahreszeit wünschen sich einige eine Fahrt zum Chiemsee. „Da können wir Fahrgemeinschaften mit dem Auto bilden und dann in Prien ins Schiff umsteigen“, freut sich Jakob Wagner.

Dass eigenständige Unternehmungen in der Gruppe ihren Anfang finden würden, hatte Pastoralreferent Michael Tress gehofft. Das Modell „Zusammen ist man weniger allein“ kommt jedenfalls gut an. Der Impuls, ein solches Format zu entwickeln, entstand im Rahmen eines Projekts im Fachbereich Seniorenseelsorge, das Seelsorger/-innen vor Ort personell und finanziell dabei unterstützt, neue Wege in der Seelsorge zu gehen.

Seelsorger Michael Tress begleitet noch eine weitere Gruppe Verwitweter in Flossing. Auch in Markt Schwaben hat sich eine Gruppe gegründet, die von Gemeindereferentin Maria Leutgäb initiiert wurde. Die Idee verbreitet sich – sehr zur Freude von Adelheid Widmann, der Leiterin des Fachbereichs Seniorenseelsorge im Erzbischöflichen Ordinariat München. „Das Format ‚Zusammen ist man weniger allein‘ nimmt die Menschen in ihrem eigenen Gestaltungswillen ernst.“ Adelheid Widmann hofft auf weitere Nachahmer/-innen: „Wir wollen mit dieser Idee in die Breite gehen, weil hier wirklich ein Bedarf vorhanden ist.“ Deshalb gibt es unter dem Titel „neongrün statt beige“ bei der Seniorenseelsorge auch eine Modellvorlage zum Projekt, die an die Bedürfnisse der jeweiligen Pfarrgemeinde angepasst werden kann. —