

# Zwischen Haßbergen und Steigerwald

# Zuhause

Aktuelles der katholischen Familienseelsorge  
im Dekanat Haßberge

29. Ausgabe - November 2020

Mit Extrateil  
„Advent zuhause“

Liebe Leserin,  
lieber Leser,

was macht diese Corona-Krise mit der Welt? Verändert sie die Menschen, den Alltag, das Leben? Ist sie auch eine Chance? Sich selbst über die Schulter zu schauen, sich zu hinterfragen, zu reflektieren.

Das Schwerpunktthema „Krise verändert“ macht Vorschläge, wie das Gelingen kann. Mit spannenden Interviews zum Thema Resilienz und Veränderungen in der Beziehung. Mit Impulsen, um nach der Pandemie anders zu leben und die neuen Vorsätze nicht aus den Augen zu verlieren. Mit lyrischen Texten. Mit konkreten Tipps, wie ein anderes Leben aussehen kann.

Wir laden Sie herzlich ein zum Stöbern und Kraft schöpfen: Unter [www.pfarrbriefservice.de/topicpage/krise-veraendert](http://www.pfarrbriefservice.de/topicpage/krise-veraendert) finden Sie Bilder, Texte und Links zu dem Thema, das uns im Moment alle umtreibt.

Bleiben Sie gesund und munter unterwegs. Alles Gute!



Isabella Friedrich  
Johannes Simon  
Ihre Familienseelsorger  
im Dekanat Haßberge

## Sonntags alleine

Jung Verwitwete und ihre Familien

„Das Problem sind die Sonntage“ – so sieht eine junge Frau ihre neue Alltagswirklichkeit nach dem frühen Tod ihres Mannes. Diese Aussage ist in einer Foto-Ausstellung zu lesen, die der bundesweite Selbsthilfverein für jung Verwitwete VIDU präsentiert. Der junge und international beachtete Fotograf Jann Höfer hat die Ausstellung innerhalb seines Studiums konzipiert. Unterstützt wurde er hierbei von der Texterin Paula Stille, den Grafikern Katrin und Jakob Göbel und den VIDU-Vereinsverantwortlichen.

Aufgrund der Corona-Pandemie muss die eigentlich geplante Wanderausstellung verschoben werden. Stattdessen stehen die Bilder und Zitate jetzt in einer Ausstellungszeitung zur Verfügung, die an Interessierte versendet wird.

Näheres auf Ausstellungswebseite [www.das-problem-sind-die-sonntage.de](http://www.das-problem-sind-die-sonntage.de)

„Es ist eine fotografische Annäherung an die Gefühlswelt, die entsteht, wenn eine Person einen schweren Verlust erlitten hat“, so Jann Höfer. Ein erster Kontakt des Fotografen zu den Interviewten kam über VIDU zustande. In der Folge besuchte Jann Höfer sechs Familien. Die Zitate und Bilder entstanden im Rahmen dieser Besuche.



Bild: Jann Höfer - Pfarrbriefservice.de

Der Selbsthilfverein VIDU

Der Verein VIDU setzt sich seit fast zwanzig Jahren für jung verwitwete Menschen und ihre Familien ein. Er sensibilisiert für ein Schicksal, von dem derzeit mehr als 500.000 Menschen in Deutschland betroffen sind: Frauen und Männer, die den Partner durch Krankheit, Unfall oder Suizid „früher als normal“ verlieren, Mütter und Väter, die nicht nur die eigene Trauer, sondern auch die ihrer Kinder aushalten und auffangen müssen. Informationen und Austausch zum Thema finden Interessierte auf der Homepage [www.verein-verwitwet.de](http://www.verein-verwitwet.de)

Hier besteht auch die Möglichkeit, einen virtuellen Stern für die Verstorbenen auszuwählen.

Liebe Familien, liebe Kinder!

In dieser Adventszeit laden wir Euch herzlich ein, an jedem der Adventssonntage miteinander zu Hause eine kleine Adventsfeier zu gestalten. An jedem Adventssonntag erzählen euch eine oder mehrere Krippenfiguren etwas und schenken Euch Gedanken zum Advent. Ihr braucht dazu farbige Tücher oder Servietten und die Figuren Eurer Weihnachtskrippe.

Die Geschichten sowie Bastel- und Malvorlagen für die jeweiligen Sonntage könnt Ihr unter [www.sinnzeit.de/downloads](http://www.sinnzeit.de/downloads) herunterladen. Dort findet Ihr auch eine kleine Feier für den Heiligen Abend zum Abschluss Eures gemeinsamen Adventsweges.

Wir wünschen Euch einen besinnlichen und kreativen Weg durch die Adventszeit! Viel Spaß!

Birgit Kestler und Isabella Friedrich,  
Familienseelsorgerinnen in  
Schweinfurt und Haßfurt

29. November 2020

## 1. Advent



### Ochse und Esel

Zündet die erste Kerze am Adventskranz an und singt „Wir sagen euch an den lieben Advent“ Strophe 1 (GL 223) oder „Im Advent“ (GL 750)

Gemeinsames Kreuzzeichen

Stellt Ochse und Esel auf ein braunes Tuch in die Mitte. Heute wollen die beiden euch etwas erzählen.

Geschichte: Wie Ochse und Esel an die Krippe kamen (als Download)

Ochse und Esel erzählen

Esel: Wir gelten ja nicht als besonders kluge Tiere. Aber wir waren bei den ersten, die das Jesuskind sehen durften. Es lag ganz winzig klein in der Futterkrippe. Gott ist als kleines Kind in die Welt gekommen und will so den Menschen begegnen. Er kommt besonders zu den Kleinen und Armen, zu den Schwachen und Kranken.  
Ochse: Wir beide müssen oft hart arbeiten und schwere Lasten tragen. Dieser Jesus hat später von sich gesagt: „Kommt zu mir, wenn ihr

>> Alle Elemente zum Download unter [www.sinnzeit.de/downloads](http://www.sinnzeit.de/downloads) abrufbar <<

Mit Ochs und Esel, Schafen und Hirten zu Jesus in der Krippe

# Unterwegs nach Weihnachten

Impulse, Bastelvorlagen und Anregungen für die große und kleine Leute

schwere Lasten tragen müsst. Ich will sie euch abnehmen.“ Er hat ein Herz für alle, die es schwer haben im Leben.

Gebet:

Du, Gott, ein Kind!  
Ein Kind in der Krippe.  
Du bist auf der Seite der Kleinen.  
Du ergreifst Partei für alle, die es schwer haben.

Lass uns dich nicht in Glanz und Herrlichkeit suchen, sondern dort, wo Kinder weinen, wo Mensch und Tier beisammen wohnen in den Höhlen und am Straßenrand.

Gib uns die Einfachheit des Ochsen und die Demut des Esels, damit wir dich erkennen in den Kleinen und Schwachen. Amen.

Bastelidee: Adventskalender in der Streichholzschatulle (als Download)

6. Dezember 2020

## 2. Advent



### Hirten und Schafe

Zündet die zweite Kerze am Adventskranz an und singt „Wir sagen euch an den lieben Advent“ Strophe 2 (GL 223) oder „Im Advent“ (GL 750)

Gemeinsames Kreuzzeichen

Stellt zwei Hirten und einige Schafe auf ein grünes Tuch in die Mitte. Heute wollen diese beiden Männer euch etwas erzählen. Welchen Beruf haben sie? Was macht ein Hirte?

Fingerspiel zu den Schafen des Hirten Jakob (Mama oder Papa liest und macht Fingerspiel vor. Kind macht mit.)

Das Schäfchen ist verletzt.  
Schau das kleine Schäfchen hier, es hat sich verletzt. (Den kleinen Finger nach oben strecken, dann leicht krümmen.) Salbe drauf und Pflaster – und zu guter Letzt (Mit der anderen Hand streicheln und verbinden) ist nach einer kleinen Weile – alles wieder heil. (Nichts tun, dann mit allen zehn Fingern wackeln.)

Das Schäfchen ist ängstlich  
Schau das kleine Schäfchen hier – fürchtet sich so sehr. (Den kleinen Finger nach oben strecken, dann zittern.) Es zittert, und der nächste Schritt – fällt ihm ja so schwer. (Weiter zittern.) He, kleines Schaf, – ich geh mit dir! (Die zweite Hand kommt dazu und winkt.) Zusammen geht’s, das glaube mir. (Der Daumen hakt den kleinen Finger ein – sie laufen weiter.)

Der Hirte findet das Schäfchen  
Schau das kleine Schäfchen hier – hat sich gut versteckt. (Den kleinen Finger nach oben strecken dann in die Hosentasche stecken.) Der Hirte sucht und schaut, – ob er es nicht entdeckt: (Die zweite Hand kommt und dreht sich.) Im Ohr? – Nein! – An der Nasenspitze? – Nein – Am andern Ohr? Nein! (Die Hand zupft am Ohr und an der Nase.) Hier aus der Hosentasche, da guckt’s ein wenig raus. (Mit dem Finger auf das Versteck zeigen.) Der Hirte nimmt es auf den Arm und trägt es froh nach Haus. (Kleinen Finger in die Hand legen und Gehbewegung andeuten.)

Geschichte: Der Hirte Jakob und der Hirte Simon (als Download)

Segen: Die Hirten kümmern sich ganz besonders um ihre Schafe. So kümmern sich auch die Eltern um ihre Kinder.

(Fortsetzung auf der nächsten Seite)



Und Gott ist wie ein guter Hirte für uns alle. Deshalb wollen wir jetzt um den Segen Gottes bitten.

Papa und/oder Mama halten ihre Hände über dich oder legen dir eine Hand auf die Schulter.  
Sie sprechen:

Komm rück heran, ganz nah an mich, dann spürst du mich und ich spür dich. Genau so nah wie du bei mir, so ist der liebe Gott bei dir, und ich weiß: Ganz genau wie mich, so liebt der liebe Gott auch dich!

Bastelidee: Schäfchen mit Watte (als Download)



>> Alle Elemente und weitere zu Weihnachten zum Download unter [www.sinnzeit.de/downloads](http://www.sinnzeit.de/downloads) abrufbar <<

**13. Dezember 2020**

## 3. Advent



**Maria**

Zündet die dritte Kerze am Adventskranz an und singt „Wir sagen euch an den lieben Advent“ Strophe 3 (GL 223) oder „Im Advent“ (GL 750)

Gemeinsames Kreuzzeichen

Übung: Alle dürfen ihren Namen laut sagen. Danach sprechen alle gleichzeitig ihren Namen leise, mit geschlossenen Augen, vor sich hin. Eventuell erzählen die Eltern ihren Kindern, warum sie ihnen diesen Vornamen gegeben haben bzw. warum sie ihren Namen haben.

Wir legen nun ein Haus aus Tüchern in die Mitte und stellen Maria darauf: Auch Maria wurde bei ihrem Namen gerufen, und zwar von jemand ganz Besonderem.

Geschichte: Ein besonderer Besuch (als Download)

Kinder erzählen Geschichte nach, für den Engel dürfen sie eine Kerze zu Maria stellen

Gespräch: Maria freute sich auf das Baby Jesus. Jeder darf erzählen, was ihm/ihr im vergangenen Jahr eine besondere Freude gemacht hat. Für jeden Gedanken wird ein kleiner Tannenzweig um das Haus gelegt.

Gebet: Gegrüßet seist du Maria (Mutter/Vater sprechen vor, Kinder sprechen nach)

Bastelidee: Federengelchen oder Christkind in der Walnuss

**20. Dezember 2020**

## 4. Advent



**Josef**



Zündet die vierte Kerze am Adventskranz an und singt „Wir sagen euch an den lieben Advent“ Strophe 4 (GL 223) oder „Im Advent“ (GL 750)

Gemeinsames Kreuzzeichen

Übung: Kannst du dich an einen besonders schönen Traum erinnern? Du darfst ihn malen. Anschließend beschreiben die Kinder ihr Bild. Wie hast du dich gefühlt, als du aufgewacht bist?

Wir stellen Josef auf ein blaues Tuch in die Mitte. Heute wollen wir diesen Mann kennenlernen. Weißt du wie er heißt? Auch Josef hat einmal geträumt...

Geschichte: Ich bin Josef, der Zimmermann (als Download)

Bastelidee: Mini-Traumfänger (als Download)

Konzept: Birgit Kestler, Überarbeitung: Isabella Friedrich



### „Aufgewacht!“ - Fitnesskurs

Einfache Fitnessübungen, kurze Walkingabschnitte, Gymnastik, aber auch spirituelle Impulse, Texte und Musik laden Frauen dazu ein, körperlich und geistig fit in den Frühling zu starten.

Jeweils freitags 26.02., 05.03., 12.03. und 19.03.21 um 15.30 - 17.30 Uhr  
Treffpunkt: Wallfahrtskirche Maria Limbach an der Pilgerhalle mit Isabella Friedrich und Anette Ullrich, Fitnesstrainerin.

Unkosten: 20 Euro. Anmeldungen im Diözesanbüro Haßfurt (09521/61960) oder bei Isabella Friedrich

### „Mit Kindern über den Tod sprechen“ - Fortbildungsnachmittag

Donnerstag, 25.03.2021, 15.00 - 17.00 Uhr im Veranstaltungsraum Haus Sankt Bruno, Promenade 37, Haßfurt für ErzieherInnen, GrundschullehrerInnen sowie Ehrenamtliche im Bereich Kinderkirche und Familienpastoral

Darüber hinaus werden Materialien (Bilderbücher, etc.) vorgestellt. Anmeldungen im Diözesanbüro Haßfurt (09521/61960) oder in Schulamt Haßfurt (09521/27-228)

### Sinnzeit - Gottesdienste in den Haßbergen 2020/ 2021:

„Nach sechs Monaten ohne Sinnzeit im Herbst neu gestartet“

Coronabedingt sind die Sinnzeiten in Knetzgau und Ebern seit April ausgefallen. Die Sinnzeit im Oktober war als Neustart sehr gut gelungen und weitere Termine sind geplant. Die aktuellen Nachrichten gibt es jeweils im Internet unter [www.sinnzeit.de](http://www.sinnzeit.de) zu lesen. Abonnieren Sie bitte dort den Newsletter oder schicken Sie das Stichwort „Start“ bei Whatsapp an 0177 96 304 87. Dann erhalten Sie eine Einladung jeweils vor dem Termin.

Elfriede Schneider und Johannes Simon freuen sich auf Sie ...



### Sinnzeit - Gottesdienst für Zweifler, Ungläubige und andere gute Christen

Sonntag, 8. November 2020, 18 Uhr Pfarrkirche Ebern  
Sonntag, 13. Dezember 2020, 18 Uhr Pfarrkirche Knetzgau  
Sonntag, 10. Januar 2021, 18 Uhr Pfarrkirche Ebern  
Sonntag, 14. Februar 2021, 18 Uhr Pfarrkirche Knetzgau  
Sonntag, 14. März 2021, 18 Uhr Pfarrkirche Ebern

Weitere aktuelle Meldungen und Themen im Internet [www.sinnzeit.de](http://www.sinnzeit.de) oder telefonisch 09521 95 12 471

## Leben schön?

Neulich kam ich wieder an so einer Karte vorbei. „Das Leben ist schön\*“. Auch noch mit rosa Hintergrund. ... Aber was sollte das Sternchen? Ich betrachtete die Karte genauer. Das Sternchen verwies auf diese Fußnote: „Obwohl praktisch alles dagegen spricht“. Ich grinste und kaufte die Karte, denn hier konnte ich doch wenigstens mal ansatzweise zustimmen. Rosa verpackter Galgenhumor. Sie sagt genau das aus, was wir hoffen müssen, wofür wir kämpfen müssen, wenn unsere liebsten Menschen gestorben sind: dass das Leben wieder schön sein wird, OBWOHL es uns so schlecht ergangen ist.

Ellen Pfeifer, Sonntagsgedanken,  
[www.forum.verein-verwitwet.de](http://www.forum.verein-verwitwet.de)

## Stimmt's?

**FÜR IHN:** Sie fühlt sich getröstet, wenn sie die Probleme des Lebens nicht alleine lösen muss.  
**FÜR SIE:** Sagen Sie ihm auf spielerische Weise, wie dankbar Sie sind, wenn er Ihnen zuhört.  
**FÜR IHN:** Der Schlüssel zu besserer Kommunikation sind Aufrichtigkeit und Anerkennung der eigenen Grenzen.  
**FÜR SIE:** Übung ist eine wichtige Voraussetzung für bessere Kommunikation.  
**FÜR IHN:** Die Frau wünscht sich, dass der Mann ihr zuhört und nicht versucht, sie zu reparieren.  
**FÜR SIE:** Männer hören oft nicht richtig zu, weil sie sich auf die Lösung des Problems konzentrieren.

# Kontakt Team Familienseelsorge Haßberge

Isabella Friedrich, Gemeindeferentin,  
Haus Sankt Bruno Bürogemeinschaft  
Promenade 37, 97437 Haßfurt  
Tel. 09521 9512477  
[isabella.friedrich@bistum-wuerzburg.de](mailto:isabella.friedrich@bistum-wuerzburg.de)

Johannes Simon, Pastoralreferent,  
Haus Sankt Bruno Bürogemeinschaft  
Promenade 37, 97437 Haßfurt  
Tel. 09521 9512471  
[johannes.simon@bistum-wuerzburg.de](mailto:johannes.simon@bistum-wuerzburg.de)

Diözesanbüro Haßberge  
Pfarrgasse 4, 97437 Haßfurt  
Tel. 09521 61960  
[familienseelsorge.has@bistum-wuerzburg.de](mailto:familienseelsorge.has@bistum-wuerzburg.de)

Besuchen Sie im Internet:

[www.katholisch-hassberge.de](http://www.katholisch-hassberge.de)  
[www.sinnzeit.de](http://www.sinnzeit.de)  
[www.familienbund-wuerzburg.de](http://www.familienbund-wuerzburg.de)

Wir sind gerne für Sie da:

Rufen Sie an oder schreiben Sie ein Mail. Das bringt uns in Verbindung.

