

*Liebe Leserinnen und Leser,*

*die Nachricht vom Krieg hat mich im Urlaub erreicht – und erschüttert!*

*Diese neue Realität stand so im Gegensatz zu dem, was ich gerade erleben durfte:*

*herrliche Landschaften, beeindruckende*

*Panorama-Blicke, duftende Blüten ...*

*Und diesen Gegensatz empfinde ich weiterhin.*

*Vielleicht geht es Ihnen ähnlich?*

*Wie also damit umgehen?*

*Flüchtende Menschen sind längst auch bei uns*

*angekommen – es gibt viele Sammel-*

*und Spenden-Aktionen, an denen wir uns*

*beteiligen können – wenigstens das.*

*Mir fallen Worte aus dem Lobgesang der Maria ein:*

„Meine Seele preist die Größe des Herrn,  
und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter ...

Er vollbringt mit seinem Arm machtvolle Taten.

Er zerstreut, die im Herzen voll Hochmut sind. ... .

Er stürzt die Mächtigen vom Thron und erhöht die Niedrigen.“

(Lukas 1, 46 + 51)

Ja, die Mächtigen vom Thron stürzen – das wäre  
doch jetzt angesagt! Aber:

wir können Gott nicht in die Karten gucken –  
wir können nur hoffen und beten, dass die  
vielfältigen

Impulse und Initiativen, die den Frieden wollen,  
weltweit zu einer großen Kraft und Macht  
zusammenwirken!

Und: auf uns selbst und unsere Kinder aufpassen,  
dass wir nicht verzweifeln und im Gespräch  
bleiben, uns

gegenseitig ermutigen und nicht vergessen, dass  
es weiterhin viel Gutes und Schönes gibt – die  
Sonne und das

Abendrot, den Gesang der Vögel, die ersten

Frühlingsblumen, liebe Freundinnen und Freunde,  
gute Musik,  
lachende Kinder, der Gruß zum Weltfrauentag  
und so vieles mehr!

So versuche ich auch mit diesem Newsletter  
Ihnen gute Gedanken und hilfreiche  
Informationen und Tipps  
zu vermitteln. Bleiben Sie getrost und gesund an  
Leib und Seele!

## Gedanken-Impuls

[Heile, heile Gänschen: EKHN | Evangelische Kirche in Hessen und Nassau](#) 🏠

### Denkanstoß



Über den Hauch von Hoffnung und Vertrauen, den Wunsch nach Heilsein und dass einmal alles wieder gut ist, macht sich Michaela Meingast, Pfarrerin in Klein-Umstadt mit Dorndiel und Raibach, in ihrem Denkanstoß Gedanken.

23.02.2022

... „Heile, heile Gänschen, es wird bald wieder gut...“ ....

*Ich mag dieses Lied und sang es oft meinen Söhnen vor, wenn sie weinten.*

*Die Melodie wirkt beruhigend und der Text singt von Hoffnung.*

*Hoffnung ist wichtig für unser menschliches Leben.*

*Hoffnung hilft uns, der Gegenwart zu trotzen, auch wenn wir weder ein noch aus wissen.*

*Diese Situation kannte auch Jeremia, der den folgenden Vers jedoch nicht ins Ungewisse betete:*

*„Heile du mich, so werde ich heil, hilf du mir, so ist mir geholfen!“ (Jer 17,14 ).*

*Jeremia wusste: Gott hört mich, auch wenn es sonst niemand tut.*

*Er wusste: Gott sieht mich und steht mir bei, auch wenn ich für andere scheinbar unwichtig und unsichtbar bin.*

*Gott ist mir nahe, auch wenn ich es selbst nicht glauben kann oder will.*

*Viele von uns kennen dieses Gefühl, wenn die Hoffnung schwindet vor den Problemen und den Sorgen und Ärgernissen unseres Alltags.*

*Besonders jetzt!*

*Hoffnungslosigkeit ist eine Krankheit, die kein Arzt diagnostizieren kann. Sie kommt schleichend auf leisen Sohlen.*

*Sie ist heimtückisch und unerbittlich. Sie ergreift den ganzen Menschen und hält ihn gefangen.*

*Viele von uns sind davon betroffen.*

*Wir nehmen dann alles als gegeben hin und fügen uns im alltäglichen Trott, sind antriebslos und müde.*

*Jeremia weist auf einen Ausweg hin:*

*Er lenkt sein und unser Augenmerk auf Gott, der größer ist als all unsere Hoffnungslosigkeit.*

*Jeremia weiß aber auch, dass Hoffnung, Zuversicht und Vertrauen nicht über Nacht aufgebaut werden.*

*Sie brauchen Muße und Zeit. Zeit für ermunternde Gespräche mit Anderen.*

*Zeit zum Gebet, um sich wieder des Grunds für unsere Hoffnung zu vergewissern.*

*Ein Lied wie „Heile, heile Gänschen, es wird bald wieder gut...“, spricht uns im tiefsten Grund unserer Seele an und bringt uns ein Gefühl der Geborgenheit.*

*Die Hoffnung, die aus Jeremia spricht, ist mehr als ein Gefühl, es ist eine Lebenseinstellung, die auch den Blick verändert.*

*Ich wünsche sie uns allen!*

## Informationen und Aktuelles



Und falls Sie keine Blume geschenkt bekommen haben: gönnen Sie sich doch selbst eine Rose, eine kleine Primel oder was immer Sie mögen – 1 Euro sollte Ihnen das wenigstens wert sein!

## Veranstaltungen

Wer das Jahresprogramm des Dekanates mit allen Freizeit-Angeboten für Kinder, Jugendliche und

Familien noch nicht gedruckt in Händen hält, kann es hier „studieren“ :

<https://www.dekanat-buedinger-land.de/wir-f%C3%BCr-sie/kinder-jugend/>

*In vielen Gemeinden wurde – wie rund um den Globus am ersten Freitag im März – der Weltgebetstag gefeiert. Sollten Sie den Gottesdienst verpasst haben, können Sie das in der Gemeinde Ranstadt nachholen – dort wurde die Feier auf den 25. März verlegt :*

„Den ökumenischen Gottesdienst zum WGT hat das Frauenteam um drei Wochen verschoben ... Als neuer Termin wurde Freitag, 25. März '22, auch 18.00 Uhr, festgelegt.

Wie geplant soll der Gottesdienst in der kath. Kirche St. Anna, Ranstadt stattfinden.“

*Oder Sie schauen sich die Video-Aufnahme der Feier aus dem Norden unseres Dekanates an –*

„Vom vierjährigen Felix bis zur bald 80-jährigen Karin waren alle dabei: Frauen, Männer, Kinder und Jugendliche aus Feldkrücken und Ulrichstein feierten den Weltgebetstag 2022.“

<https://www.dekanat-buedinger-land.de/wir-f%C3%BCr-sie/bildung/weltgebetstag-2022-england-wales-und-nordirland/>

Falls Sie hier in der Nähe wohnen oder eine Gebets-Gemeinschaft suchen: **Einladung zum Friedensgebet**



+ FRIEDEN + PAX + PEACE + MIR + SCHALOM +

## Friedensgebet Ev. Kirche Gedern

Mittwoch, 16.02.2022,  
18.00 Uhr  
Danach alle 14 Tage.

Ev. Kirchengemeinde Gedern, Herrnweg 3, 63688 Gedern, Telefon 06045-1205

*also wieder am 16. März!*

Wie schon im Februar-Newsletter nochmal der Hinweis auf die **Klima-Fasten-Aktion** im Dekanat mit „Fische-Spaziergang“, Workshop zur Müllvermeidung und kennenlernen der

„Solawi“, der solidarischen Landwirtschaft – alle Infos hier:

<https://www.dekanat-buedinger-land.de/aktuell/klimafasten-2022/2-woche-vom-09-16-03-22-thema-fische/>

## Jahreszeit und Feste im Jahreskreis

Mit Aschermittwoch hat die vor-österliche Fastenzeit begonnen. Durch Verzicht auf bestimmte Lebensmittel, Gewohnheiten oder anderes versuchen Menschen in dieser Zeit, neue „Erfahrungen zu machen und Zeit für mehr Besinnung und Rück-Besinnung zu gewinnen.

Wer dem Motto „7 Wochen ohne ...“ einmal auf andere Weise nachspüren möchte, kann sich hier anmelden: <https://7wochenohne.evangelisch.de/bibliolog-online>





## **Aufruf zur Malaktion : Eure Bilder für den Frieden**

Überall in der Welt schauen Kinder fassungslos auf das, was in der Ukraine geschieht.

All den Menschen, die gerade von zu Hause fliehen, die in U-Bahnstationen ausharren, die versuchen, ihr Land und ihre Familie zu beschützen, wollen wir **gemeinsam ein Zeichen schicken: Wir denken an euch! Wir wünschen euch Frieden und Sicherheit!**

Und dafür brauchen wir dich:

**Werde Friedensmaler und schick deine Hoffnungen und guten Wünsche für die Menschen in der Ukraine in die Welt!**

Je mehr Kinder mitmachen, desto größer wird die Online-Galerie, die von überall in der Welt gesehen werden kann.

Eine Auswahl eurer Bilder werden wir auch auf den Seiten und Social Media-Kanälen der ZEIT Verlagsgruppe teilen.

### **So geht's:**

Mal ein Bild und fotografier es ab, um es hochzuladen. Wenn nicht schon ein Erwachsener neben dir sitzt, hol jetzt bitte einen dazu, der das Folgende liest:

*Indem ein Bild hier hochgeladen wird, stimmen Sie der Veröffentlichung auf dieser Website zu; ferner gestatten Sie die Nutzung des Bildes auf den anderen Kanälen*

*von ZEIT LEO, DIE ZEIT und ZEIT Online (Social Media, Newsletter, Zeitung).*

<file:///C:/Users/User/Documents/Kreatives/Friedensmaler%20-%20ZEIT%20LEO.html>

## Spiel-Ideen

Wie wäre es denn mal wieder mit Seil-Springen!?!

Das ist eine gute Möglichkeit, koordiniertes Bewegen zu üben, egal ob drinnen oder draußen und auf jeden Fall für (fast) jedes Alter! Hier habe ich eine gute Anleitung „von Anfang an“ gefunden – schaut mal rein (8 Minuten):

<https://www.youtube.com/watch?v=ZswPQVhS1eg>

## Rezepte

Bezugnehmend auf den Weltgebetstag, der ja diesmal aus England, Wales und Nordirland kam, hier ein typisch englisches Rezept zur „tea-time“:



[https://weltgebetstag.de/fileadmin/user\\_upload/aktuelles/2021/2021-12-16-aktuelles-rezepte-copyright-cornelia\\_trommer-klimpke.jpg](https://weltgebetstag.de/fileadmin/user_upload/aktuelles/2021/2021-12-16-aktuelles-rezepte-copyright-cornelia_trommer-klimpke.jpg)

*Zur Teatime dürfen Scones nicht fehlen. Sie schmecken am besten mit „clotted cream“ (käuflich zu erwerben, oder als Ersatz Mascarpone) und Marmelade.*

<https://weltgebetstag.de/aktuelles/news/erbsensuppe-und-scones/>

## **Scones** (16 Stück)

- 300g Mehl
- 2 EL Zucker
- 2 TL Backpulver
- ½ TL Salz
- 70g Butter in Stücke, kalt
- 150ml Milch
- etwas Milch zum Bestreichen

Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Mehl, Zucker, Backpulver und Salz in einer Schüssel mischen.

Butter begeben, von Hand zu einer gleichmäßig krümeligen Masse verreiben.

Milch dazu gießen, rasch zu einem weichen Teig zusammenfügen, nicht kneten.

Teig ca. 2 cm dick ausrollen. Mit einem Ausstecher (ca. 5 cm Ø) ca. 16 Scones ausstechen,

auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Milch bestreichen.

Backen: ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens.

Scones herausnehmen, auf einem Gitter etwas abkühlen, lauwarm oder kalt servieren.

## Tipps

Wie mit Kindern und Jugendlichen über Krieg reden?

Das dürfte leider aktuell ein ziemlich dringliches Thema sein.

Deshalb habe ich Ihnen verschiedene Quellen zusammengetragen, die Hilfestellung für Gespräche geben und auf informative Links hinweisen:

>>> [Über Katastrophen sprechen – SCHAU HIN! \(schau-hin.info\)](https://www.schau-hin.info)  
[Hotline 030 / 52 68 52-132 \(Mo-Fr 10-13 und 14-17 Uhr\)](https://www.schau-hin.info/hotline)

„Wichtig ist immer auch die emotionale Unterstützung in Form von Trost, Geborgenheit und körperlicher Nähe. Darüber hinaus hilft es Familien, sich bewusst in ausgewählten Zeiträumen über den Krieg zu informieren und keine „Dauerbeschallung“ zu installieren. So können die Informationen besser verarbeitet werden.

**Am besten eignen sich Formate, die sich speziell an Kinder richten.**

Dazu gehören unter anderem die Kindernachrichtensendungen [„logo!“](#), [„neuneinhalb“](#) und das [Kinderradio „Kiraka“](#). Auf der Webseite [Frieden Fragen](#) finden Kinder Austausch zu Fragen von Krieg und Gewalt. Der [Ratgeber „Flimmo“](#), die [Kindersuchmaschine „Blinde Kuh“](#) und das [Kinderseitennetzwerk „Seitenstark“](#) bündeln Seiten und Informationen zum Thema Krieg in der Ukraine. Mehr [Hinweise zu altersgerechten Nachrichten für Kinder](#) finden Eltern auch bei SCHAU HIN!.

Mit älteren Kindern kann man auch über die Macht der Bilder, Manipulation und [Fake News](#) in politisch herausfordernden Zeiten sprechen.

Wenn Sie darüber hinaus noch Fragen haben, stehen meine Kollegin Kristin Langer und ich gern [per Mail](#) [service@schau-hin.info](mailto:service@schau-hin.info) zur Verfügung und beantworten Ihre Fragen schnellstmöglich.“

>>> [www.servicestell-jugendschutz.de](http://www.servicestell-jugendschutz.de)

Gareisstraße 15 | 39106 Magdeburg    Tel.: 03 91 / 50 37 638 | Mail: [jugendschutz@fjp-media.de](mailto:jugendschutz@fjp-media.de)

>>> *Auch in einem Handout vom Referat Schulpastoral*

*(Dezernat Bildung/Bistum Mainz von Dagmar Böhmer, Brigitte Lob und Maria Wehmeier-Trost)*

*finden Sie wichtige Hinweise und hilfreiche*

*Möglichkeiten zum Umgang mit Fragen und Ängsten der Kinder und Jugendlichen.*

„Wenn Kinder und Jugendliche das Thema von sich aus ansprechen, ist es wichtig herauszubekommen, woher die Fragen kommen und welche Gefühle und Phantasien vielleicht schon vorhanden sind: Erkunden Sie das durch **Rückfragen**: Wie kommst Du auf diese Frage? Hast Du Bilder gesehen? Was stellst du dir unter Krieg vor? So ist es leichter einzuordnen, welche Motivation und welche Vorstellungen dahinterstecken.

**Beantworten Sie nur die Fragen, die gestellt werden.** Gehen Sie auf alle Fragen ein.

Wenn Sie selber noch Antworten brauchen, finden Sie unten eine Liste von Links zu altersgemäßen Erklärungen, Kindernachrichtensendungen u.a.

Die gestellten Fragen öffnen genug Raum für ein Gespräch.

Weiterführende Erklärungen zu politischen Hintergründen u.a. überfordern die Kinder.

**Sachliche Antworten sind wichtig.** Je ruhiger und nüchterner Sie selber über die Situation sprechen können, umso mehr überträgt sich das auf die Kinder.

Wenn Sie Ihre Ängste und Sorgen zeigen, lösen Sie in den Kindern und Jugendlichen noch mehr Ängste aus und sie fühlen sich verantwortlich, sich um *Sie* zu kümmern. Nehmen Sie Ängste, Wut und Trauer der Schüler\*innen ernst. Oft ist schon das Interesse an ihren Sorgen tröstlich.

**Je jünger das Kind, desto mehr gilt es ein Gefühl der Sicherheit und Schutz zu vermitteln.**

Die phantasiereichen Vorstellungen von Kindern brauchen aber unsere Aufmerksamkeit, um sie einzudämmen und ihnen mit ehrlichen Informationen zu begegnen. Dabei soll das Wohnzimmer nicht zum Newsroom durch Dauerbeschallung mit dramatischen Berichten werden. Auch wilde Spekulationen verunsichern unnötig. **Vermeiden Sie „doomscrolling“** (-fast- zwanghaftes Dauerlesen schlechter Nachrichten).“

**„Verarbeiten und aktiv werden** hilft zu vermeiden, in Trauer und Angst zu verharren.

Regen Sie bei jüngeren Kindern an, **Gefühle in Bildern, Geschichten oder Rollenspielen auszudrücken.** Auch **Bilderbücher** können helfen. Gehen Sie (für eine klar begrenzte Zeit) gemeinsam auf die Suche nach Informationen, etwa in Kindernachrichten oder in Kinderzeitschriften.

So lernen sie gleich eine wichtige Bewältigungsstrategie fürs Leben. **Bei älteren Kindern** dominieren vielleicht Eindrücke von Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein. Sie **wollen nachfragen, diskutieren und sich oftmals auch engagieren.**

Dem gilt es Raum und Zeit zu geben. In einer Solidaritätsaktion – z.B. über social media organisiert – kann hier alle Energie hineinfließen“

**Für Jugendliche** in der aktuellen Situation geeignet sind z.B: diese Seiten:

<https://www.schweizer-illustrierte.ch/family/alltag/wie-eltern-mit-ihren-kindern-uber-krieg-sprechen-können>

<https://www.news4teachers.de/2022/02/lehrer-zum-krieg-in-der-ukraine-noch-nie-war-es-meinen-siebtklaesslern-wohl-wichtiger-gemeinsam-die-nachrichten-zu-schauen/>

*Wenden Sie sich bei Fragen ohne Zögern an mich!*

*Bleiben Sie mut-und hoffnungsvoll und gesund!*

*Es grüßt Sie*

*Renate Nagel-Kroll*