

# MITTENDRIN

NEUIGKEITEN UND IMPULSE VON DER HENSOLTSHÖHE

## TANZEN GEGEN DIE EINSAMKEIT

Die gute Nachricht ist: Gegen Einsamkeit kann man etwas tun! Ein Hobby in Gemeinschaft mit anderen Menschen auszuüben, ist ein probates Mittel dagegen. Manche Menschen besuchen deshalb Tanzkurse – und manche sammeln Briefmarken. Beides kann helfen. In dieser Ausgabe lesen Sie alle Daten und Fakten dazu.

► WEITERLESEN | SEITE 5

## EINSAMKEIT UND DIE BIBEL – (K)EIN THEMA?

Die Bibel berichtet uns, dass Jesus die Erfahrung der Einsamkeit selbst kannte. Er ging auf sich allein gestellt den Weg ans Kreuz – verlassen von Menschen und von Gott. Das ändert für uns alles: Seitdem ist kein Mensch mehr allein. Selbst in den einsamsten Zeiten sind wir von Jesus getragen.

► WEITERLESEN | SEITE 6

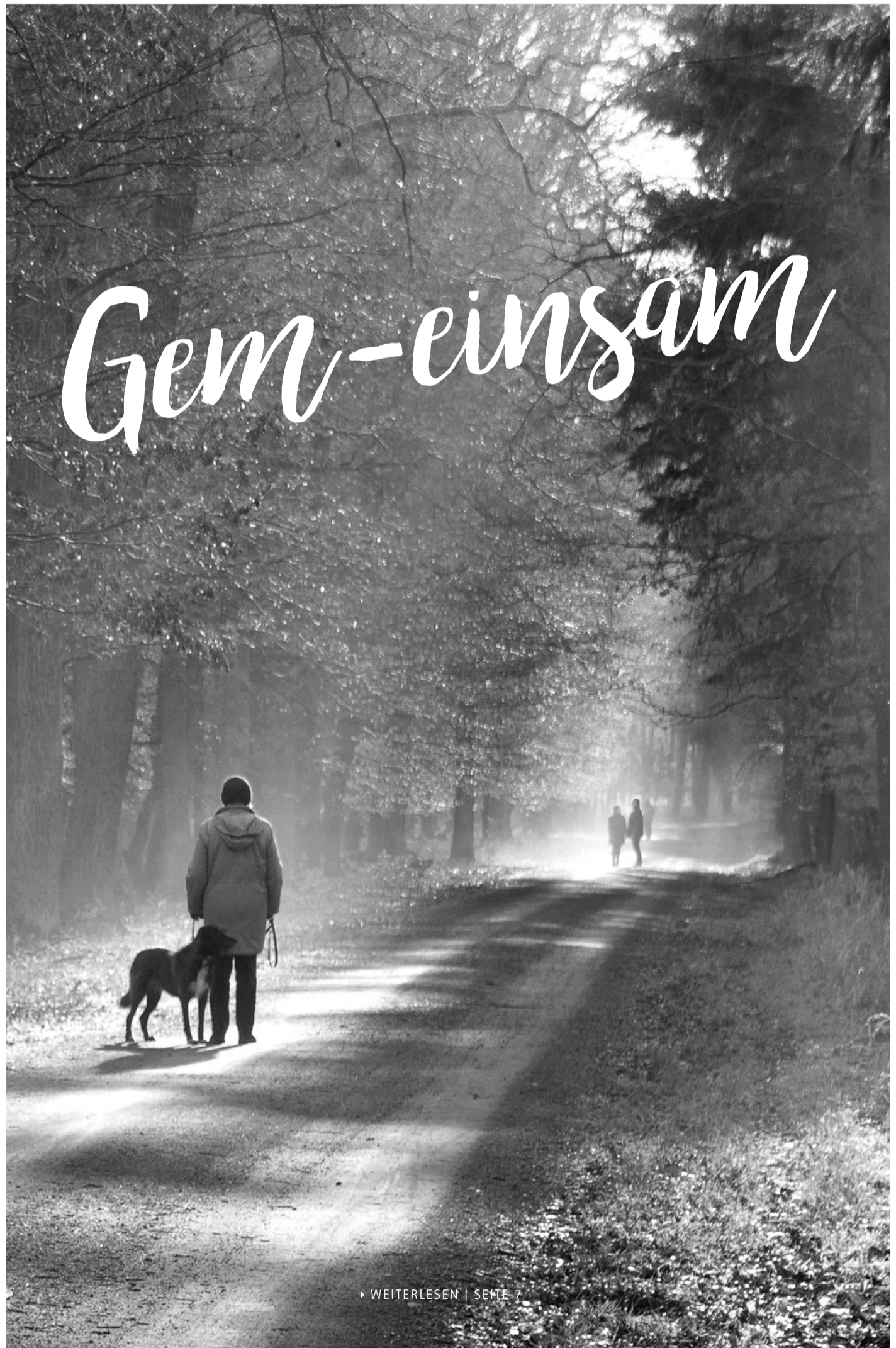
„DER HERR IST EIN GOTT,  
DER DIE EINSAMEN NACH  
HAUSE BRINGT.“

*Psalm 68,7*

## EINSAM – AUCH IM ALTER?

Schwester Hildegard Kammerer hat in der Gemeindegarbeit viele Kontakte mit Seniorinnen und Senioren. Wie erleben diese Einsamkeit? Und: Was hilft? In dieser Ausgabe erzählt Schwester Hildegard, was sie in der Praxis erlebt hat.

► WEITERLESEN | SEITE 11



► WEITERLESEN | SEITE 7



Der **HERR** ist  
ein Gott, der  
die Einsamen  
nach Hause  
bringt.

PSALM 68,7



# Liebe Gäste und Freunde der Hensoltshöhe,

Eine Zeitung zum Thema „Einsamkeit“ bekommt in Zeiten der Corona-Pandemie eine (bei der ersten Planung noch) ungeahnte Aktualität. Wenn wir – aus guten Gründen – weitgehend auf soziale Kontakte verzichten müssen, merken wir, wie elementar wichtig sie für uns sind. „Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei“, stellt die Bibel schon ganz am Anfang fest. Das gilt auch dann, wenn das normale gesellschaftliche Leben in Deutschland – und auch auf der Hensoltshöhe – hoffentlich bald wieder zurückgekehrt ist.

Denn auch dann kann man sich manchmal einsam fühlen. Vielleicht sogar mitten in einer großen Volksmenge. Wenn Sie das auch schon erlebt haben, dann ahnen Sie, wie aktuell und wichtig das Thema dieser Ausgabe der „Mittendrin“ ist. Aber Achtung: Natürlich hat Einsamkeit eine problematische Seite. In unserer individualistischen Welt in Deutschland nimmt sie deutlich zu. Aber es gibt ja auch eine gute Seite: Wir brauchen auch die Stille, die kreative Einsamkeit und nicht zuletzt die Stille vor Gott. Beide Seiten des Phänomens „Einsamkeit“ werden in dieser Ausgabe beleuchtet. Weil wir uns mit Themen auseinandersetzen, die wichtig sind. Wichtig für unser Leben und Zusammenleben.

Das gemeinsame Leben unserer Schwesternschaft ist auf den ersten Blick ein echter Gegenentwurf zum Trend der Individualisierung. Unsere Diakonissen leben gemeinsam, sogar aus einer gemeinsamen Kasse, sie arbeiten oft gemeinsam und sie leben ihren Glauben in Gemeinschaft. Aber, so schreibt es der Theologe Dietrich Bonhoeffer, „wer nicht allein sein kann, der hüte sich vor der Gemeinschaft“ und „wer nicht in der Gemeinschaft steht, der hüte sich vor dem Alleinsein“. Das klingt nur paradox, ist aber eine wichtige Lebenserfahrung, die wir auf der Hensoltshöhe unterstreichen können. Einsamkeit und Gemeinschaft gehören im rechten Maß unbedingt zusammen. Für Diakonissen und Ehepaare. Für Singles und WG-Bewohner und alle anderen. Darum wünschen wir Ihnen gute Entdeckungen für Ihr Leben auch durch die Lektüre dieser „Mittendrin“.



Burkhard Weller, Sr. Marion Holland, Pfr. Dr. Wolfgang Becker

Daneben erfahren Sie wie immer Aktuelles von der Hensoltshöhe. Wir stellen Ihnen neue Mitarbeiter vor und laden zu Veranstaltungen mit „Mehrwert“ ein. Damit wir in Verbindung bleiben. Sollten diese Veranstaltungen in den kommenden Wochen durch die Pandemie noch nicht wieder möglich sein, erreichen Sie uns weiterhin per Brief und Telefon oder Sie schauen einmal in unsere Gottesdienste hinein, die wir zum Downloaden auf unserer Website zur Verfügung stellen.

Bleiben Sie behütet!  
Ihre

*Dr. W. Becker*

Pfr. Dr. Wolfgang Becker

*M. Holland*

Sr. Marion Holland

*B. Weller*

Burkhard Weller



# Einsamkeit ist ein Wort, das jeder kennt.

DIE ZUGRUNDELIEGENDE ERFAHRUNG WAHRSCHEINLICH AUCH. IMMER WIEDER WIRD IN DER ÖFFENTLICHEN DISKUSSION DIE FRAGE AUFGEWORFEN, OB NICHT MEHR MENSCHEN AN VEREINSAMUNG LEIDEN – IN EINER ZEIT, IN DER WIR ÜBER DAS INTERNET EIGENTLICH MEHR MÖGLICHKEITEN DENN JE HABEN, MITEINANDER IN KONTAKT ZU TRETEN. EIN PARADOXER BEFUND. SO KÖNNTE MAN ZUMINDEST DENKEN. GERADE DAS HABEN WIR ZUM ANLASS GENOMMEN, UNSERE LESERINNEN (UND LESER) ZU FRAGEN, WELCHE ERFAHRUNGEN SIE MIT DEM THEMA GEMACHT HABEN. HIER LESEN SIE DIE ANTWORTEN DAZU.

## Kurzinterviews



„BETRACHTEN SIE DAS WORT ‚GEMEINSAM‘: FÄLLT IHNEN AUF, DASS DORT DAS WORT ‚EINSAM‘ MIT INBEGRIFFEN IST? DIES BIETET EINE GUTE DEFINITION FÜR EINSAMKEIT – DAS GEFÜHL DES ALLEINSEINS TROTZ GEMEINSCHAFT. GERADE IN MEINER GENERATION VERWENDET DIE ÜBERWIEGENDE MEHRHEIT SOZIALE MEDIEN ALS KOMMUNIKATIONS- UND INTERAKTIONSPLATTFORM. JEDOCH ENTSTEHEN DARAUS ETLICHE PROBLEME WIE NEID, GEFÜHL DES AUSGESCHLOSSENWERDENS, FEHLENDE ZEIT FÜR REALE TREFFEN USW. MEIN ERFOLGSREZEPT IST DIE ÜBERWINDUNG: GEGEN EINSAMKEIT HILFT GEMEINSAMKEIT!“

*Selina Sodomann, 22 Jahre*



„ZUM THEMA EINSAMKEIT FÄLLT MIR EIN ZITAT VON CHARLES BUKOWSKI EIN: ‚ES FÜHLTE SICH NIE RICHTIG AN ALLEIN ZU SEIN. MANCHMAL GUT, ABER NIE RICHTIG! ICH FINDE, DARIN STECKT VIEL WAHRES, DENN MANCHMAL IST ES SCHÖN, NUR FÜR SICH ZU SEIN. DOCH RICHTIGE EINSAMKEIT IST KEIN SCHÖNES GEFÜHL. SICH EINSAM UND VERLASSEN ZU FÜHLEN, IST WAHRSCHEINLICH EINE DER SCHLIMMSTEN EMPFINDUNGEN, DIE EIN MENSCH HABEN KANN. ICH HABE DAS GLÜCK, DASS ICH MICH IN SOLCHEN MOMENTEN AUF FAMILIE UND FREUNDE STÜTZEN KANN. UND DAFÜR BIN ICH SEHR DANKBAR, DENN ICH WEISS, DASS ES SEHR VIELEN MENSCHEN AUF DIESER WELT NICHT SO GEHT.“

*Christina Olbrich, 26 Jahre*



„ICH KENNE ZEITEN, IN DENEN ICH EINSAM BIN. ES HILFT MIR, MIT GOTT DARÜBER ZU REDEN. ER ZEIGT MIR, WIE ICH RICHTIG DAMIT UMGEHEN UND DIESE ZEITEN FÜLLEN KANN. VOR KURZEM KAM GERADE IN EINER SOLCHEN SITUATION EIN MENSCH IN MEINE NÄHE, DEM ES GUTTAT, DASS ICH AUF IHN ZUGING, IHM SIGNALISIERTE: ‚DU BIST NICHT ALLEIN! WICHTIG IST ES AUCH, DASS ICH NICHT BITTER WERDE UND ANDEREN SCHULD AN MEINER EINSAMKEIT GEBE.“

FÜR VIELE ALTE MENSCHEN IST EINSAMKEIT BESONDERS SCHMERZLICH. MENSCHEN, MIT DENEN SIE JUNG WAREN, DIE SIE LIEBTEN UND VERSTANDEN, LEBEN NICHT MEHR. GEWOHNHEITEN, DIE WOHLTUEND FÜR SIE WAREN, GIBT ES NICHT MEHR. ICH BIN DANKBAR, DASS ICH SOLCHE EINSAMEN MENSCHEN EIN KLEIN WENIG VERSTEHE UND VERSUCHE ES, IHNEN HILFREICH ZU BEGEGNEN.“

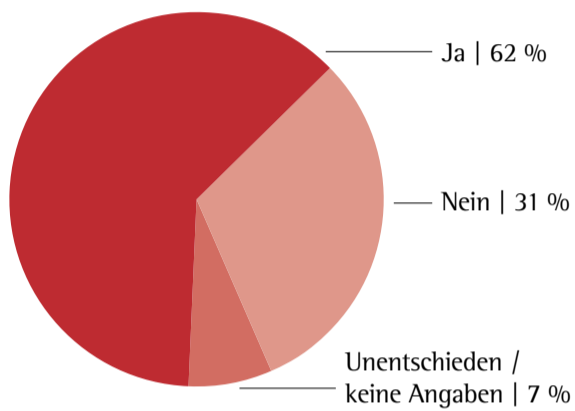
*Schwester Luise Herbert*



Wie der Hauptbeitrag der aktuellen Ausgabe zeigt, gibt es viele einsame Menschen in Deutschland. Auf dieser Seite können Sie sogar ganz genau sehen, wie viele Menschen sich im Jahr 2006 als einsam eingeschätzt haben. Dass alleine sein nicht immer einsam sein bedeutet, zeigen allerdings auch weitere Zahlen: Die Mehrheit der Menschen sagt, dass sie gerne und freiwillig mal alleine ist. Einsamkeit ist dennoch ein Problem. Was kann man dagegen tun? Man kann beispielsweise versuchen, ein Hobby in Gemeinschaft zu pflegen. Dazu zählt auch das

Briefmarkensammeln, das so mancher wohl eher unter die einsamen Beschäftigungen rechnen würde. Das stimmt aber gar nicht automatisch, wie die Zahlen zu den Briefmarkensammlern zeigen, die in Vereinen organisiert sammeln. Tanzen gehen kann man auch: Wir zeigen Ihnen die interessantesten Daten und Fakten zu Tanzschulen. Wussten Sie etwa, dass auf dem Markt für darstellende Künste der Kulturunterricht und die Tanzschulen einen Anteil von 12% haben? Das und noch viel mehr erfahren Sie dieses Mal in unseren Statistiken.

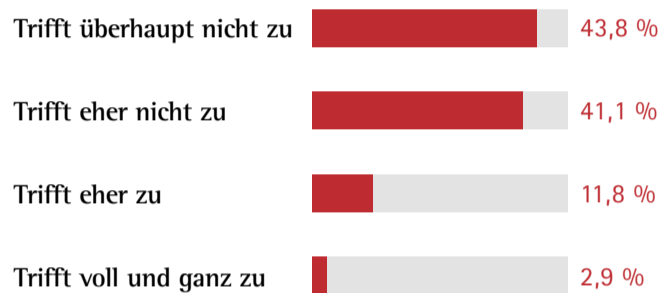
### SIND SIE GERNE MAL ALLEINE?



2.000 Befragte ab 16 Jahre im Jahr 2001

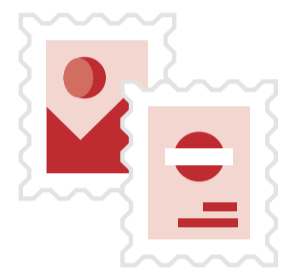
Quelle: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/435/umfrage/gesellschaft/>

### SIND SIE JEMAND, DER SICH OFT EINSAM FÜHLT?



2.532 Befragte 12–25 Jahre im Jahr 2006

Quelle: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/177250/umfrage/fuehle-mich-oft-einsam-selbsteinschaetzung/>



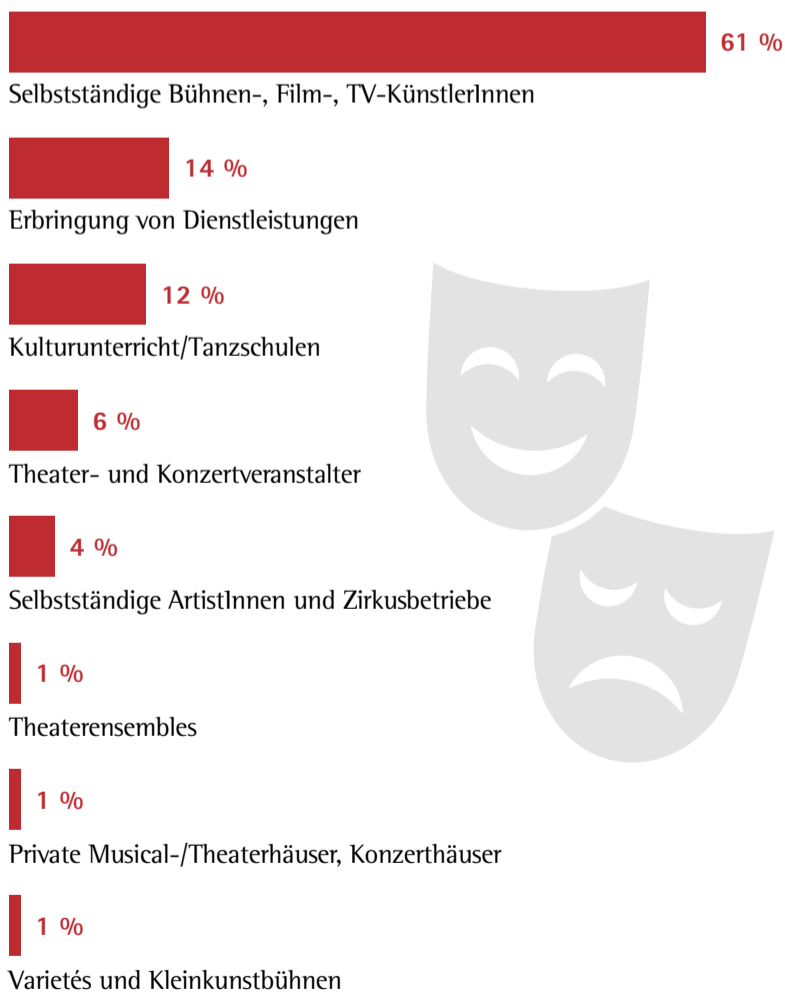
### Ca. 30.000 BRIEFMARKEN-SAMMLER

sind in Deutschland in gut 900 Vereinen organisiert

<https://www.stuttgarter-nachrichten.de/inhalt.70-jahre-briefmarken-der-brd-briefmarken-sammeln-das-hobby-lebt.2074280b-3189-4d1c-9681-e143fae322a.html>

### VERTEILUNG DER UNTERNEHMEN IM MARKT FÜR DARSTELLEND KÜNSTE

IM JAHR 2018 NACH ARBEITSBEREICHEN



Quelle: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/275047/umfrage/verteilung-des-marktes-fuer-darstellende-kuenste-nach-wirtschaftszweigen/>



### 800 TANZSCHULEN

Es gibt rund 800 ADTV-Tanzschulen in Deutschland

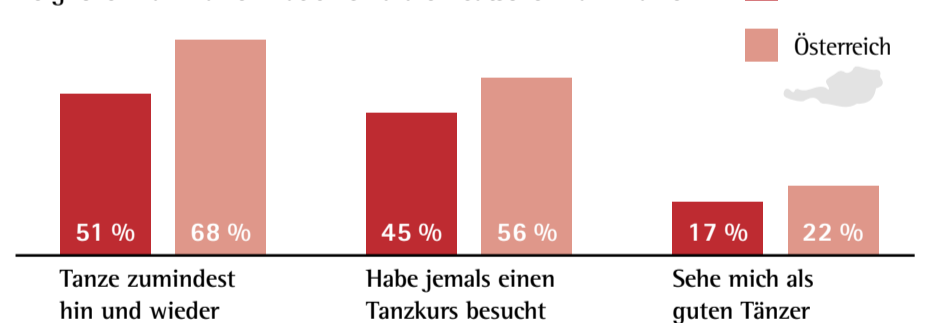
ADTV: Allgemeiner Deutscher Tanzlehrerverband e.V. – Es ist die größte Vereinigung dieser Art weltweit, in Deutschland hat sie circa 3.000 Mitglieder.

Quelle: <https://www.adtv.de/>

### TANZEN ALS HOBBY

TANZEN IN DEUTSCHLAND UND ÖSTERREICH

Verglichen zur Walzer-Nation sind die Deutschen Tanzmuffel



Befragte 18–69 Jahre, 2017



#### HÖCHSTER TÄNZERANTEIL

Altersgruppe 60+ mit 59%, gefolgt von 18–29 Jahre mit 56%

#### WARUM TANZEN?

- 89 % Spaß
- 66 % Fitness
- 65 % Flucht aus dem Alltag
- 54 % Schließen neuer Bekanntschaften
- 48 % sich ganz auf sich selbst konzentrieren können

(Mehrfachnennungen möglich)

Quelle: SINUS/YouGov bzw. INTEGRAL | <https://www.sinus-institut.de/veroeffentlichungen/meldungen/detail/news/die-haelfte-der-deutschen-tanzt-disco-taenze-am-beliebtesten/news-a/show/news-c/NewsItem/>





# Einsamkeit und die Bibel – (k)ein Thema?

Der Herr ist ein Gott,  
der die Einsamen nach Hause bringt.

PSALM 68,7

In diesen Frühlingstagen ist das Thema „Einsamkeit“ ganz neu aktuell. Wir werden unter Quarantäne gestellt. Soziale Isolation ist erwünscht, um vor Ansteckung zu schützen. Doch auch vor COVID-19 kannten wir sie: Einsamkeit betrifft heute viele. Einsamkeit war und ist zu allen Zeiten eine Herausforderung. Wir entdecken sie auch in der Bibel: *Einsam und elend bin ich*, klagt David – und das nicht nur einmal (Ps 25,16; Ps 35,12). Ein Großteil der Psalmen, die von Einsamkeit sprechen, stammt aus seiner Feder. Der große König David, erfolgreich, mächtig, reich – und doch einsam. An ihm zeigt sich: Man kann auch unter Menschen einsam sein.

Am bekanntesten und erschütterndsten sind vermutlich jene Worte, die ein Kranker am Teich Bethesda in Jerusalem spricht: *Ich habe keinen Menschen* (Joh 5,7a). Was schwingt nicht alles in diesen Worten mit? Ich habe keinen, mit dem ich reden kann. Keinen, der mir zuhört. Keiner schaut nach mir. Keiner greift mir unter die Arme oder setzt sich einfach einmal eine Weile zu mir. Welch bittere Enttäuschung, welch tiefe Verzweiflung und aufgestaunten Frust spiegeln diese Worte wider.

Dabei ist Einsamkeit nicht gleich Einsamkeit. Es gibt erlittene, aber auch bewusst gesuchte Einsamkeit. Es gibt Formen von Einsamkeit, die hilfreich, ja sogar notwendig sind. Von Jesus hören wir, dass er immer wieder die Einsamkeit suchte, zum Beispiel in Markus 1,35: *Und am Morgen, noch vor Tage, stand Jesus auf und ging hinaus. Und er ging an eine einsame Stätte und betete dort* (vgl. Lk 6,12; Mt 26,36ff). Unser Glaube braucht die Einsamkeit vor Gott und mit Gott. Das Alleinsein mit Gott ermöglicht, sich ungestört auf ihn auszurichten und zu konzentrieren. Solche Zeiten bieten die Chance zum Nachdenken und Neuorientieren. Der gegenwärtige Run auf Tage der Stille oder Zeiten im Kloster zeigt das.

Einsamkeit anderer Art erleiden wir dagegen gezwungenermaßen. Krankheit kann einsam machen und sozial isolieren, so wie jenen Kranken am Teich Bethesda. 38 Jahre lag er dort und wurde darüber einsam. Manchmal ist Einsamkeit durch Schuld ausgelöst, Schuld Gott und/oder Menschen gegenüber. So war es bei Zachäus, der die Leute um sich herum betrog (Lk 19,1ff). Diesen „Zöllner-Mafiosi“ machte sein Verhalten Gott und den Menschen gegenüber einsam: Wer will schon freiwillig mit jemandem Zeit verbringen, der einen betrügt und schröpft? Ganz ähnlich erlebte es auch David; er bekennt und betet: *Wende dich zu mir, HERR, und sei mir gnädig; denn ich bin einsam und elend. Die Angst meines Herzens ist groß; führe mich aus meinen Nöten! Sieh an meinen Jammer und mein Elend und vergib mir alle meine Sünden!* (Ps 25,16–18). (Die Bitte um) Vergebung durchbricht Einsamkeit, Vergebung eröffnet Gemeinschaft wieder neu.

Es gibt die Einsamkeit um des Glaubens willen. Christsein hat auch mit Verlassen und Aufgeben zu tun (Mt 19,27). Glaube kann einsam machen, wenn Familie, Freunde oder Arbeitskollegen mich nicht verstehen. Weltweit werden Christen aufgrund ihres Glaubens an Jesus verfolgt und sozial

isoliert. Der Prophet Jeremia seufzt: *Ich habe mich nicht zu den Fröhlichen gesellt noch mich mit ihnen gefreut, sondern saß einsam, gebeugt von deiner [= Gottes] Hand; denn du hattest mich erfüllt mit Grimm* (Jer 15,17). Um Gottes willen einsam!

Andere empfinden Einsamkeit gegenüber Gott. *Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?* Wieder ist es David, der so betet: *Ich schreie, aber meine Hilfe ist ferne. Mein Gott, des Tages rufe ich, doch antwortest du nicht, und des Nachts, doch finde ich keine Ruhe* (Ps 22,2–3). Jesus greift diese Worte am Kreuz auf und macht sie zu seinen eigenen (Mt 27,46).

Jesus selbst kannte Erfahrungen der Einsamkeit. Zugleich suchte er immer wieder die Einsamen auf und durchbrach die Isolation von denjenigen, die von anderen gemieden werden (Lk 19,5ff). Er ging auf sich allein gestellt den Weg ans Kreuz – verlassen von Menschen und von Gott. Das änderte für uns alles: Seit Gründonnerstag und Karfreitag gibt es keine Einsamkeit, die Jesus nicht kennt und teilt. Seitdem muss sich kein Mensch von Gott verlassen fühlen. Seitdem ist kein Mensch mehr allein. Gott hat erwiesen, dass er auch in den Tiefen menschlicher Verlassenheit und Isolation an unserer Seite mit dabei ist. Kein Mensch muss mehr sagen: *Ich habe keinen Menschen*. Wir dürfen das „k“ streichen und glauben: *Ich habe einen Menschen*. Ich habe Jesus an meiner Seite, den *Immanuel*, den *Gott mit uns*. Das bekannte Gedicht „Spuren im Sand“ von Margaret Fishback Powers beschreibt das eindrücklich: Selbst in den einsamsten Zeiten sind wir von Jesus getragen.

Um unserer Einsamkeit zu begegnen stellt uns Jesus andere Menschen an die Seite. Christen sind nicht alleine unterwegs. Das persönliche Gebet (Mt 6,6) ergänzt Jesus um das gemeinsame Gebet (Mt 6,9ff). Die Bitte des Apostels Paulus *Einer trage des andern Last, so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen* (Gal 6,1) gilt auch für die Last der Einsamkeit. Die Sorge um den anderen, füreinander da zu sein und die Not zu teilen, vor allem auch das Gebet füreinander, eröffnen Wege aus der Einsamkeit und zeigen dem anderen: Du bist nicht allein, sondern Teil der Gemeinde Jesu.

Am Leben von Jesus wird sichtbar: Gott sucht die Nähe eines jeden – ganz unabhängig davon, worin unsere Einsamkeit besteht, ob wir sie uns selbst eingebrockt haben oder sie uns übergestülpt wurde. Jesus, der Immanuel, erfüllt, was schon Psalm 68,7 bezeugt: *Der HERR ist ein Gott, der die Einsamen nach Hause bringt*. Zurück in die Gemeinschaft mit sich selbst und zurück ins gemeinschaftliche Leben mit anderen.

---

PFARRER DR. MARKUS STEINHILBER  
Leiter des Geistlichen Zentrums Hensoltshöhe

---



# Einsamkeit und die Folgen

EIN BUCH EINES ULMER MEDIZINERS ZEIGT,  
WAS PASSIERT, WENN MENSCHEN EINSAM SIND.

VON JOHANNES SCHWEIGARDT

Einsamkeit ist in aller Munde. Wer sich im Internet umschaute, sieht schnell, dass nicht nur das Thema selbst viel diskutiert wird, sondern auch, dass es ganz verschiedene Facetten aufweist: Man findet dann beispielsweise einen Beitrag des Deutschlandfunks, der sich mit der Einsamkeit in ländlichen Gegenden befasst und anschaulich zeigt, was passiert, „wenn Stille krank macht“. Oder aber man erfährt etwas dazu, wie man Kontakte im Alltag finden kann. Außerdem kann man einen Bericht darüber lesen, wie ein ehrenamtlicher Besuchsdienst seit einem Jahr in einer kleinen Stadt in Süddeutschland etwas gegen die Einsamkeit älterer Menschen tut. Der Präsident der Diakonie Deutschland, Ulrich Lilie, hat unlängst eingefordert, dass die Große Koalition ihrer Zusage, mehr gegen gesellschaftliche Vereinsamung zu tun, nachkommen müsse. Falls dies nicht geschehe, so mahnt er, werden immer mehr Menschen deshalb erkranken und müssten medizinisch behandelt werden. Neben diesen ganz persönlichen Folgen befürchtet er, dass der gesellschaftliche Zusammenhalt leiden werde. Klar wird: Das Thema betrifft Menschen aller Gesellschaftsschichten und ganz verschiedenen Alters, ganz egal, wo diese wohnen.

Der Ulmer Neurowissenschaftler und Psychiater Manfred Spitzer ist nicht nur anderen Wissenschaftlern und seinen Patienten ein Begriff. Überregionale Bekanntheit erlangte er vor allem durch seine Bücher, die sich an ein breites Publikum wenden. Er hat eine Vorliebe für pointierte und starke Formulierungen, der Begriff der „Digitalen Demenz“ mag hierfür als Beleg dienen. Er ist deshalb nicht unumstritten. Das Thema, über das er schreibt, ist aber wichtig. Deshalb gilt, was schon der Deutschlandfunk in einer Rezension zu Spitzers Buch festgestellt hat: Es ist nicht das große, universale Buch zum Thema. Das ändert aber nichts daran, dass er sich mit einem Thema befasst, das unbedingt mehr Aufmerksamkeit verdient hat. Es ist selbst keine wissenschaftliche Studie, aber ein guter Einstieg in ein bedeutendes Thema. Die „Mittendrin“-Redaktion hat deshalb entschieden, Ihnen an dieser Stelle einige der Thesen und Befunde Spitzers vorzustellen, die sinnvolle Anhaltspunkte für eigene Überlegungen sein können.

Zunächst einmal ist die Frage zu klären, was Einsamkeit eigentlich ist. Spitzer unterscheidet zwei Begriffe: Unter sozialer Isolation versteht er eine messbare Größe. Wer in einem Mehrpersonenhaushalt lebt, ist beispielsweise nicht sozial isoliert. Einsam hingegen kann ein solcher Mensch sehr wohl sein: Dieser Begriff bezieht sich näm-

lich auf das subjektive Erleben. Der automatische Zusammenhang zwischen sozialer Isolation und Einsamkeit ist folglich gering, da es immer auf die individuelle Situation ankommt, ob ein Mensch Einsamkeit empfindet.

Dass Einsamkeit ein großes Thema unserer Gesellschaft ist, wurde einleitend schon geklärt. Doch: Warum beschäftigt sich auch die Forschung vermehrt damit? Das liegt auch an den Fortschritten, die sie erzielt hat: Das Leiden an Einsamkeit an sich ist der psychiatrischen Forschung schon länger bekannt. Bislang dachte man aber, dass diese vor allem ein Symptom anderer Erkrankungen sei. Wer unter Wahnvorstellungen leidet, kann etwa nicht mehr so einfach einen ganz normalen und unauffälligen Alltag pflegen und wird deshalb schon automatisch isoliert. Einsamkeit ist die Folge. Nun hat man aber erkannt, dass hinter der Einsamkeit mehr steckt. Sie ist kein Symptom, sondern selbst eine Krankheit, wie Spitzer sagt.

---

*„Die Einsamkeit hat mich gelehrt, dass das Zusammensein mit anderen etwas ziemlich Schönes ist, und das Zusammensein mit anderen hat mich gelehrt, dass die Einsamkeit etwas ziemlich Schönes ist, und so habe ich viel Abwechslung und ein ziemlich schönes Leben.“*

*Günter Radtke<sup>1</sup>*

---

Einsamkeit hat immer mit der Gesellschaft zu tun, in die sie eingebettet ist. Die Bestandsaufnahme Spitzers für diese klingt nicht gut: Eine große Studie, die viele Einzelstudien für die Jahre 1979 bis 2009 zusammenfasst, zeigt, dass das Mitgefühl abnimmt, vor allem seit dem Jahr 2000. In welchem Zusammenhang nun steht Mitgefühl mit Einsamkeit? Wenn eine gelebte Kultur vor allem auf Selbstbe-





zogenheit, Egoismus und Materialismus setzt – und damit nicht auf Mitgefühl – dann sinken die Chancen für soziales Verhalten, das sich gerade durch seine geringe Selbstbezogenheit auszeichnet. Die Folge ist, dass die Chance für Einsamkeit steigt.

Dass diese Chance steigt, kann aber auch noch ganz andere Gründe haben. Grundsätzlich gilt: Je besser es einer ganzen Gesellschaft wirtschaftlich gesehen geht, desto eigenständiger und individualistischer werden ihre Mitglieder. Für Deutschland und auf das Jahr 2015 bezogen bedeutet das: Von ca. 41 Millionen Haushalten waren 17 Millionen reine Singlehaushalte. Totale Vereinsamung muss das aber nicht bedeuten. Etwa die Hälfte der Menschen lebt damit auch weiterhin in einer klassischen Familie. Anstelle der Identifikation von einfachen Ursache-Wirkungs-Zusammenhängen ist somit eine Spurensuche im weit verzweigten Quellenmaterial angebracht.

Nun wurde eingangs bemerkt, dass Einsamkeit ein subjektives Empfinden ist. Was ist das Problem dabei? Wer Einsamkeit empfindet, steigert damit das Risiko einer ganzen Reihe an Krankheiten: Von eher harmlos anmutendem Schnupfen über Bluthochdruck, Herzinfarkt und Schlaganfall bis hin zu Krebs. Damit aber noch nicht genug: Sowohl bei vorliegender sozialer Isolation als auch bei Einsamkeit erhöht sich das Sterberisiko – und zwar im Vergleich zu den Risikofaktoren Luftverschmutzung, Bewegungsmangel, schlechte Ernährung, Übergewicht, Rauchen oder starker Alkoholkonsum sogar in einem größeren Maße.

Bei dieser Bestandsaufnahme drängt sich die Frage auf: Was kann man da tun? Das hat sich Spitzer auch gefragt. Er fand keine einfachen Rezepte, die garantiert gegen Einsamkeit helfen, sondern verweist auf verschiedene, teils sehr verstreut vorliegende Forschungsbefunde, die immerhin einen Trend erkennen lassen. Das betrifft beispielsweise die Frage, wo man wohnt. Klar ist: Wer direkt an einer Autobahn wohnt, wird vermutlich ein Sonnenbad im eigenen Garten nicht sehr erholsam finden. Es gibt aber noch mehr Faktoren, die einen großen Einfluss haben. In einer Studie haben Wissenschaftler Menschen untersucht, die nur 10% Grünflächen in maximal einem Kilometer Umkreis ihrer Wohnung hatten, und solche, die 90% Grünflächen hatten. Die Menschen mit weniger Grün hatten eine um 25% höhere Wahrscheinlichkeit, an einer Depression, und eine um 30% höhere Wahrscheinlichkeit, an einer Angststörung zu erkranken. Natürlich darf man damit die Bedeutung einer grünen Umgebung auch nicht überschätzen: Der Arbeitsplatz

oder die Paarbeziehung sind für Menschen immer noch von höherer Bedeutung als die Eiche vor dem Fenster. Von Bedeutung ist sie trotzdem: Wer sich auf die Natur einlässt (dafür braucht es freilich mehr als die besagte Eiche vor dem Fenster), kann auf eine bessere Stimmung hoffen, mehr Verbundenheitsgefühl zu anderen und weniger Stress. Grübeln und Angst werden messbar reduziert.

Gemeinschaft mit anderen um jeden Preis zu suchen, wäre verfehlt. Aber: Unsere Kultur bietet eine Vielzahl an kooperativen Gepflogenheiten, die helfen können. Geben, Helfen, Musizieren, Singen und Tanzen nennt Spitzer. Wer etwa anderen hilft, kann damit seine Einsamkeit reduzieren. Wie Experimente gezeigt haben, ist der Mensch nicht ausschließlich von Natur aus egoistisch und nur auf den eigenen Vorteil bedacht. Das stimmt hoffnungsvoll.

Wie Manfred Spitzer zeigt, gibt es keine einfachen Lösungen. Aber auch mit kleinen Schritten im Alltag kann man daran arbeiten, weniger einsam zu sein. Wichtig ist, in bewusster Beschäftigung mit der Thematik eigene, individuelle Lösungen aktiv zu suchen – und dabei auch die Mitmenschen im Alltag vielleicht einmal ganz gezielt wahrzunehmen. Es tut einer Gesellschaft gut, wenn ihre Mitglieder aufeinander achten. Ein erster Anfang ist mit diesem Artikel ja vielleicht schon gemacht.

**JOHANNES SCHWEIGARDT**

Mitarbeiter der Stiftung Hensoltshöhe

<sup>1</sup> Zitiert nach *Evangelischer Lebensbegleiter*, hg. v. Norbert Dennerlein und Martin Rothgangel, Gütersloh 2007. S. 182.

**MANFRED SPITZER:  
EINSAMKEIT.  
DIE UNERKANNTE KRANKHEIT.**

Droemer Verlag,  
ISBN 978-3-426-27676-1 (Hardcover) bzw.  
978-3426301067 (Taschenbuch)





# Aus Österreich nach Mittelfranken

Pfarrer Otfried Kohlus ist der neue Theologische Referent am  
Geistlichen Zentrum Hensoltshöhe

**PFARRER DR. STEINHILBER: LIEBER HERR KOHLUS, SIE SIND SÜDHESSE, WENN MAN DAS SO SAGEN DARF, UND ZIEHEN DOCH AUS ÖSTERREICH INS SCHÖNE FRANKEN. WIE KOMMT ES, DASS SIE ZULETZT IN ÖSTERREICH WOHNTE UND ARBEITETE?**

*Pfarrer Kohlus:* Die Liebe hat mich nach Österreich geführt. Meine Frau ist Oberösterreicherin und wir lebten zunächst in Wien, wo ich meinen Horizont im Alten Testament durch Studien in der Altorientalistik und Ägyptologie erweitern konnte. In Wien besuchte ich zudem Lehrgänge aus dem Bereich Religionspädagogik und legte damit die Grundlage, um evangelischer Religionslehrer in Österreich werden zu können. In der Folge war ich einige Jahre Religionslehrer und Ethiklehrer vor allem im Salzburger Land, um dann meine Vikariatsausbildung in der Evangelischen Kirche in Österreich zu starten. Nach dem erfolgreichen Abschluss des kirchlichen „Examen pro ministerio“ und meiner Ordination war ich zuletzt Pfarrer in Bischofshofen.

**PFR. STEINHILBER: VERRATEN SIE UNS, WIE SIE IHRE FREIE ZEIT VERBRINGEN? HABEN SIE (SPEZIELLE) HOBBYS?**

*Pfr. Kohlus:* Bei mir trifft das Klischee zu, dass Beruf und Berufung zusammenfallen und auch das Thema Hobby weitgehend abdecken.

Ich lese viel, dabei vorwiegend theologische Literatur, aber auch Texte aus dem Umfeld der Bibel und dem Theologiestudium sowie der Pfarrerausbildung. Dazu kommen Themen wie zum Beispiel die Frühgeschichte der Menschheit bis 500 v. Chr. Ein eher ungewöhnliches (spezielles) Hobby von mir sind mechanische Uhren. Das liegt vielleicht daran, dass ich schon immer auch handwerklich interessiert war und nach meinem Abitur eine Maurerlehre absolvierte und auch als Student auf dem Bau gearbeitet habe. Vor dem Pfarramt spielte ich sehr gerne Badminton sowie etwas Tennis, wofür mir zuletzt leider die Zeit fehlte. Wie die meisten Menschen reise ich gerne, wenn möglich vorzugsweise in den Nahen und Fernen Osten. Am liebsten bin ich dabei ganz frei und lebe vor Ort spontan aus dem Rucksack heraus.

**PFR. STEINHILBER: WER ODER WAS HAT SIE IN IHREM GLAUBEN GEPRÄGT?**

*Pfr. Kohlus:* Die Frage kann ich in diesem Rahmen leider nur auszugsweise beantworten, weil es sehr viele und sehr unterschiedliche religiöse Prägungen in meinem Leben gab: Am prägendsten war wohl meine Mutter, die ein intensives religiöses Leben führte und das auch an uns Kinder weitergab. Konkret erinnere ich mich an drei Andachten am Tag und an das tägliche gemeinsame Bibellesen vor dem Einschlafen. Mein Vater prägte mich in den theologischen und kritisch-ehrlichen Grundsatzfragen zu Bibel und Gemeindeleben. Die Begegnung mit Christen in Pakistan, Indien und Thailand hat meinen christlichen Horizont erweitert. Natürlich prägte mich mein intensives Theologiestudium, besonders die Zeit in Tübingen und mein phasenweise tägliches Bibelstudium seit der Jugend bis heute. Zuletzt haben mich die Begegnung mit orthodoxen Mönchen und die vertrauensvolle Zusammenarbeit mit katholischen Amtsbrüdern und Ordensangehörigen geprägt. Daraus sind wertvolle geistliche Freundschaften erwachsen, die ich auch weiter pflegen werde.



*Pfarrer Otfried Kohlus*

**PFR. STEINHILBER: SIE WERDEN ALS THEOLOGISCHER REFERENT IM GEISTLICHEN ZENTRUM ARBEITEN. WORAUF FREUEN SIE SICH?**

*Pfr. Kohlus:* Ich freue mich auf das Miteinander im Geistlichen Zentrum und dass ich vorwiegend geistlich und als Lehrer tätig sein kann und meine Begabungen hoffentlich besser als bisher zur Ehre Gottes und in der Nachfolge Jesu Christi leben kann. Außerdem freue ich mich darauf, in einer christlichen Gemeinschaft arbeiten und leben zu können, die in ihrem Kern aus dem gleichen diakonisch-missionarischen Geist heraus ihre göttliche Berufung lebt – jeder natürlich auf seinem Platz nach seinen Begabungen.

**PFR. STEINHILBER: DANEBEN WERDEN SIE MIT EINEM HALBEN DIENSTAUFTRAG AN UNSERER REALSCHULE UND FACHAKADEMIE FÜR SOZIALPÄDAGOGIK UNTERRICHTEN. WAS IST IHNEN DABEI WICHTIG?**

*Pfr. Kohlus:* Am wichtigsten ist mir, dass ich die Freude und das Interesse am Fach Religion wecken kann. Grundsätzlich hoffe ich, dazu beitragen zu können, dass die Realschule und die Fachakademie für Sozialpädagogik ihren christlichen Kern basierend auf dem geschichtlichen Hintergrund der Hensoltshöhe und mit innovativem Blick in die Zukunft leben und ausstrahlen.

**PFR. STEINHILBER: WER IN FRANKEN LEBEN WILL, MUSS FRÄNKISCH VERSTEHEN. WISSEN SIE SCHON, WAS EIN AMIGRABFM IST?**

*Pfr. Kohlus:* In diesem Fall habe ich meine sprachbegabtere österreichische Frau zu Rate gezogen und sie kombinierte „Ami-Krapfen“, also „Donut“.

*Das Interview führte Pfarrer Dr. Markus Steinhilber, der Leiter des Geistlichen Zentrums Hensoltshöhe.*



## Von einem guten Wort kann man lange leben!

Schwester Hildegard Kammerer erzählt, was sie in der Seniorenarbeit erlebt hat

Es ist Dienstag, kurz nach 15.00 Uhr. Vor dem Gemeinschaftsraum im Senioren-Wohnpark wartet ein alter Herr in seinem Rollstuhl. Er ist einer der circa 25 Senioren aus dem Wohn- und Pflegebereich, der gerne seit einigen Jahren zur „Andacht“ kommt. Seit Eröffnung des Hauses (2008) gibt es dieses Angebot der Evangelischen Gemeinschaft Wolfratshausen. Es steht unter dem Motto: „Von einem guten Wort kann man lange leben ...“.

Ab 15.30 Uhr wird es in den Fluren lebendig. Mit treuer Unterstützung von Frauen der Gemeinde wird im Haus eingeladen und abgeholt. Die Freude, dabei sein zu können, ist bei vielen trotz mancher Schwachheit zu spüren.

Gemeinsam wird zu Beginn das Thema erraten. Heute anhand einer kleinen Holzfigur, die im Abstand zu den anderen steht.

Spontane Ideen dazu sind: „... der wird verfolgt“, „... ausgegrenzt“, „... nicht gewollt“, „... Einsamkeit“. Plötzlich ist der Bezug zum eigenen Leben da. Die Teilnehmer erzählen von schlaflosen Nächten, von Krankheitszeiten, vom Verlust lieber Menschen, von Schmerzen, von dem Gefühl, von Gott und der Welt verlassen zu sein.

Gerade im Alter wird es im persönlichen Umfeld stiller, Beziehungen reduzieren sich oft auf wenige Kontakte.

Einsamkeit – natürlich nicht nur ein Thema für Senioren, aber sie wird gerade in dieser Lebensphase oft sehr schmerzlich erfahren. Gott sei Dank gibt es immer auch Menschen, die andere aufsuchen und sich um sie kümmern.

Was ist heute das „gute Wort, von dem wir leben können“, wenn trotz allem die Einsamkeit nach uns greift?

Es ist die gute Nachricht von der Liebe und Barmherzigkeit Gottes, die allen Menschen gilt und im Vertrauen auf Jesus Christus erfahrbar ist. ER spricht uns zu: Ich bin bei euch alle Tage! (Matthäus 28,20).

Ein Liedvers beschreibt es so: „Ich bin da, bin dir unbegreiflich nah, meine Güte lässt dich leben, meine Gnade will vergeben, Ich bin da, ich, der immer bin und war, bin in Ewigkeit derselbe: ICH bin da“ (Peter Strauch).

In den vielen Jahren durfte ich erleben, wie Menschen durch Gottes Zusagen und in der Begegnung mit Jesus Christus Frieden gefunden haben. Dies gilt auch für die einsamste Stunde, in der wir alles loslassen müssen. Jesus Christus hat am Kreuz selber erfahren: „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“ ER kann uns verstehen und ER ist da! Deshalb muss keiner mehr in seiner Einsamkeit verzweifeln.

Diese Botschaft zu den Menschen zu bringen ist einer der schönsten Aufträge von denen, die wir als Gemeinde haben.

**SCHWESTER HILDEGARD KAMMERER**



Schwester Hildegard vor der Evangelischen Gemeinschaft Wolfratshausen.



Die Gruppierung der Figuren verrät: Hier ist jemand alleine. Welche Geschichte sich dahinter verbirgt, bleibt der Fantasie des Betrachters überlassen.

**DANKBAR GEDENKEN WIR UNSERER SCHWESTERN, DIE GOTT, DER HERR, AUS DIESER WELT IN SEINE EWIGKEIT GERUFEN HAT:**

So seid ihr nun nicht mehr Gäste und Fremdlinge, sondern Mitbürger der Heiligen und Gottes Hausgenossen.  
*Epheser 2, 19*



**BABETTE ALBERT**  
09.12.2019

**GUNDA SCHROLL**  
26.02.2020

**MARTHA FISCHELMAYER**  
16.12.2019

**LUISE MÄDER**  
28.02.2020

**EMMA HORN**  
31.01.2020

**KUNIGUNDE HALLER**  
19.03.2020



## Gemeinsam statt einsam

Altmühlseeklinik Hensoltshöhe

Im Januar 2015 gaben das Klinikum Altmühlfranken in Gunzenhausen und die Altmühlseeklinik Hensoltshöhe ihrer Zusammenarbeit unter dem Motto „Gemeinsam sind wir stark“ mit einem Kooperationsvertrag formal einen Rahmen. Nach genau fünf Jahren ziehen Christoph Schneidewin, neuer Vorstand des Klinikums Altmühlfranken und Nachfolger von Jürgen Winter, und Bela Hans Gerd Kaunzinger, Verwaltungsleiter der Altmühlseeklinik Hensoltshöhe, gemeinsam mit den beiden Ärzten Dr. Friedbert Herm, Ärztlicher Leiter der Altmühlseeklinik Hensoltshöhe, und Dr. Wilhelm Nothofer, Chefarzt der Chirurgie am Klinikum Altmühlfranken in Gunzenhausen, ein äußerst erfolgreiches Resümee. So wurden die Reha-Versorgung im Landkreis neu geordnet und zukunftssicher aufgestellt, die wohnortnahe Patientenversorgung weiter ausgebaut und eine gut etablierte Versorgungskette von Akutbehandlung bis zur Anschluss-Reha in Gunzenhausen geschaffen.

Im Detail bedeutet dies, dass Patienten des Klinikums Altmühlfranken ihre Anschlussrehabilitation in den Bereichen Orthopädie, Unfallchirurgie und Onkologie an der Altmühlseeklinik Hensoltshöhe durchführen können und Patienten der Hensoltshöhe wiederum konsiliarisch am Klinikum Altmühlfranken behandelt werden. Dabei werden die diagnostischen Möglichkeiten und Dienstleistungen in der Sterilgutversorgung des Klinikums Altmühlfranken genutzt.

Im Fokus der Kooperation steht zudem, Mitarbeiter gemeinsam fortzubilden und auch neue Fachkräfte zu gewinnen. So führen beide Häuser gemeinsame Fortbildungsveranstaltungen durch und bieten jungen Ärzten erweiterte Möglichkeiten der Rotationsweiterbildung zum Facharzt.

Davon profitieren nicht nur die beiden Häuser und ihre Mitarbeiter, sondern vor allem die Patienten aus der Region, die ihre orthopädische Rehabilitation nach einer Operation am Klinikum Altmühlfranken an der Altmühlseeklinik aufnehmen können. Im Jahr 2019 waren das 419 Patienten, alleine rund 100 von ihnen hätten vormals außerhalb des Landkreises weiter versorgt werden müssen.



Chefarzt Dr. Wilhelm Nothofer (Klinikum Altmühlfranken, links) und Ärztlicher Leiter sowie Chefarzt Dr. Friedbert Herm (Altmühlseeklinik Hensoltshöhe, rechts) begleiten Waltraud Wagner, die ihre Reha nach Knie-OP an der Altmühlseeklinik Hensoltshöhe beginnt.

Denn mit der Zulassung der Altmühlseeklinik Hensoltshöhe durch die Deutsche Rentenversicherung in der Orthopädie gibt es seit 2018 nun auch Reha-Möglichkeiten für die Bevölkerung aus der Region. So können berufstätige Patienten heimatnah in Gunzenhausen rehabilitiert werden.

Darüber hinaus konnten im vergangenen Jahr viele Patienten aus dem Klinikum Altmühlfranken im Rahmen der Erweiterten Ambulanten Physiotherapie (EAP), deren Kostenträger die gesetzliche Unfallversicherung ist, an der Altmühlseeklinik behandelt werden. Auch hierbei handelt es sich um ein weiteres Angebot, das seit August 2018 existiert. Der behandelnde Durchgangsarzt aus dem Klinikum Altmühlfranken entscheidet nach der Akut-Versorgung eines Arbeitsunfalls über weitere Maßnahmen und kann bei medizinischer Notwendigkeit eine EAP-Behandlung verordnen.

**BELA HANS GERD KAUNZINGER**

Verwaltungsleiter der Altmühlseeklinik

## Ein herzliches „Grüß Gott“

Altenheim Hensoltshöhe



Dieses Mal stellt sich an dieser Stelle Karin Eckhart, die neuen Pflegedienstleiterin vor: „Mein Name ist Karin Eckhart. Seit 1. Januar 2020 bin ich als Pflegedienstleitung im Altenheim Hensoltshöhe Nürnberg tätig. Mein Einstieg in die Altenpflege begann 1990, als ich als pflegende Angehörige mit dem Thema konfrontiert war. Die ‚Umsorgung‘ hat mir so viel Freude bereitet, dass ich sie schließlich zu meinem Beruf gemacht habe. Seit 1995 bin ich in der stationären Altenhilfe und seit 2005 als Pflegedienstleitung bei verschiedenen Trägern beschäftigt. Ich habe den Entschluss bis heute nicht bereut – ist doch unsere Aufgabe eine solch vielfältige und

interessante. Ich habe im Laufe der Zeit schon viele Schicksale erlebt und war glücklich, dass ich Menschen auf ihrem Weg begleiten konnte, um ihnen den letzten Lebensabschnitt so schön wie möglich zu machen. Und ich habe so viel zurück bekommen wofür ich dankbar bin. So will ich auch in meinem neuen Wirkungskreis stets mein Bestes geben und den Menschen, die mir anvertraut sind, ein Ansprechpartner und Berater sein. Ich wünsche Ihnen allen Gottes Segen! ‚Was Ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan‘ (Mt 25,40).

**IHRE KARIN ECKHART**



## An der Fachakademie macht Politik Schule!

Fachakademie für Sozialpädagogik

Zum „Tag der freien Schulen“ besuchten der Landtagsabgeordnete Manuel Westphal und Gunzenhausens Bürgermeister Karl-Heinz Fitz die Oberstufen unserer Fachakademie.

Die Aktion „Politik macht Schule“ möchte jungen Leuten Politik erlebbar machen und wirbt um nichts weniger als die Demokratie. Mit Herrn MdL Westphal und Herrn Bürgermeister Fitz fanden sich gleich zwei Politiker mit verschiedenen „Aufträgen“ an der Fachakademie ein.

Die beiden Politiker zeigten auch in diesem Jahr zusammen den Studierenden anhand einer Präsentation eine typische Arbeitswoche eines Abgeordneten bzw. das Aufgabenspektrum eines Bürgermeisters. Während Herr MdL Westphal neben seiner Tätigkeit im bayerischen Landtag einen großen Stimmkreis mit durchaus verschiedenen gelagerten Interessen abdeckt, freut sich Herr Bürgermeister Fitz, dass er als bayerischer Bürgermeister für seine Stadt auf direktem Weg viel bewegen kann.

Anschließend gingen die beiden Gäste auf die vom stellvertretenden Schulleiter Martin Schimmelschmidt angekündigte sehr spannende Zeit für Fachkräfte im Bereich „Erziehung und Bildung“ ein. Herr Bürgermeister Fitz stellte den massiven Ausbau der Kinderbetreuung in Gunzenhausen dar, in wenigen Jahren stieg die Nachfrage an Krippen, Kindergärten und Horten stark an, was die Stadt zu weiteren Neubauten von Einrichtungen veranlasst und damit interessante Tätigkeitsfelder für die künftigen Erzieherinnen und Erzieher in der Heimatstadt erschließt. Herr MdL Westphal beantwortete vorab eingereichte Fragen der dual Studierenden zum Aufstiegs-BAföG und versprach, das Anliegen der Studierenden abschließend zu klären.

In der nachfolgenden Diskussion beteiligten sich die Studierenden sehr rege, sie fordern als Antwort auf den massiven Fachkräftemangel und die unzureichende Wertschätzung ihres Berufsfeldes eine finanzielle Besserstellung und einen Personalschlüssel, der nicht nur auf dem Papier Bestand hat.

**CHRISTOPH GALEWSKI**  
Lehrkraft an der Fachakademie für Sozialpädagogik



Manuel Westphal (links) und Karl-Heinz Fitz (rechts) besuchten die Fachakademie



Manuel Westphal (1. v. l.) und Karl-Heinz Fitz (2. v. l.) mit den Studierenden

## Umwelt – #klima: Wir sind nicht alleine auf der Welt

Realschule Hensoltshöhe



Angeregt durch die Klimastreiks „Fridays for future“, an denen die Schüler/innen aufgrund ihrer Schulpflicht nur nachmittags teilnehmen können, wird die Thematik unter dem Motto „Umwelt – #klima“ an der Realschule das ganze Jahr über immer wieder in verschiedenen Projekten und Aktionen aufgegriffen und aktiv umgesetzt. So geschah es auch in der traditionellen Projektwoche vor den Weihnachtsferien: Während die 6. und 10. Klassen sich mit Plastikmüll in unseren Ozeanen beschäftigten, befassten sich die 7. Klassen mit dem Zusammenhang zwischen Klima und Ernährung, die 8. Klassen mit dem ökologischen Fußabdruck und die 9. Klassen mit „Unsere Welt in 50 Jahren“. Neben informativen und nachdenklichen Aspekten wurde auch kreativ gearbeitet, Modelle und Collagen erstellt, die am Schulfest bewundert werden konnten. So haben zum Beispiel die 6. Klassen über eine Woche lang Plastikabfälle gesammelt, um sich deren Menge bewusst zu machen. Daraus entstanden künstlerische Objekte (vgl. Bild).

Die 5. Klassen haben sich übrigens ganz naheliegend mit dem Klima in ihrer Klasse befasst: achtsamer Umgang miteinander und gemeinsames Plätzchenbacken mit Unterstützung von Schülerinnen der 10. Klassen für die Bewohner des Altenheims. So wurde hier wie dort für „Klimaerwärmung“ ganz anderer Art gesorgt.

**ANITA BLASIG**  
Schulleiterin

## Einsamkeit gibt es im Familienzentrum nicht – oder doch?

Familienzentrum Sonnenhof

Die Tür geht auf und die ersten Kinder stürmen um kurz vor sieben in die Eingangshalle. Anscheinend haben sie schon auf dem Weg zum Familienzentrum irgendeinen Ärger gehabt, der noch in den Sonnenhof mit hineinschwappet. Doch zum Glück sind schon andere Kinder da und schnell sind alle gemeinsam ins Spiel vertieft und widmen sich fröhlich anderen Themen. Einsam ist hier scheinbar niemand.

Da entdeckte ich Anna. Sie steht abseits an der

Treppe, hält sich am Geländer fest und schaut auf das Geschehen. Sie hat scheinbar niemanden, der mit ihr spielt, lacht oder streitet. „Ist sie wohl einsam?“, frage ich mich.

Ich gehe auf sie zu und frage, ob sie nicht Lust hätte mit den anderen zu spielen, da sie ja hier so einsam stehen würde. Sie sieht mich an und meint: „Nein, ich will lieber hier stehen!“ Dann stelle ich mich neben sie und nehme ihre Perspektive ein und kann plötzlich nachvollzie-

hen, was für ein gutes Gefühl es ist, einfach nur zuzuschauen.

Wie fühlt sich Einsamkeit an? Wer kann bewerten, ob ich einsam bin? Kann ich unter vielen Menschen einsam sein? Sieht Gott, wenn ich einsam bin? Diese Fragen beschäftigen uns alle wohl noch eine Weile.

**ANGELIKA EWELT**  
Gesamtleiterin des Familienzentrums Sonnenhof



# Gästehaus AllgäuWeite – Ein Ort der Gemeinschaft



In einem Gästehaus – wie der AllgäuWeite – treffen sich ganz unterschiedliche Menschen mit verschiedenen Bedürfnissen. Zu unserer Aufgabe als Gastgeber gehört es, auf die Bedürfnisse der Gäste zu achten. Ein Grundbedürfnis vieler Gäste ist der Wunsch nach Ruhe und Erholung. Einfach mal entspannen, nichts tun und sich an einen gedeckten Tisch setzen können.

Ein weiteres Bedürfnis ist der Wunsch nach Gemeinschaft und Austausch. Auch das ist in der AllgäuWeite möglich, ob bei den Mahlzeiten am Tisch, im Kaminzimmer oder bei einem Stück Kuchen in der Cafeteria, schnell ist man im Gespräch und lernt neue Menschen kennen. Unsere Individualgäste laden wir zu unseren Bibelimpulsen ein. Genau das ist das Fundament unserer Arbeit: Menschen sollen Erholung finden und sich in Gemeinschaft mit dem Wort Gottes stärken lassen.

Sie brauchen eine Auszeit? Sie sind auf der Suche nach einem Ort mit Gemeinschaft? Dann möchte ich SIE jetzt ganz herzlich einladen in die AllgäuWeite. Hier einige Themen der Bibelimpulse, die ich empfehlen möchte:

**THEMA: DIE WEISHEIT IN DEN  
SPRÜCHEN SALOMOS**

Mo. 11.05. – So. 17.05.2020

Referentin:

Schwester Hannelore Geiger

**THEMA: FRIEDE MIT GOTT –  
UNZEITGEMÄSSE GEDANKEN  
UND ANSTÖSSE AUS DER BIBEL**

Mo. 18.05. – So. 24.05.2020

Referent: Pfr. Albrecht Lächele

**THEMA: MIT DEM LEBEN REIFEN**

Mo. 01.06. – So. 07.06.2020

Referenten:

Utina und Michael Hübner

**THEMA: VORBILDER IN DER  
BIBEL**

Mo. 15.06. – So. 21.06.2020

Referent: Joachim Deschner

Die Bibelimpulse sind ein Angebot für unsere Gäste und werden kostenfrei angeboten.

Sie beginnen am Montagabend und enden am Sonntag mit dem Gottesdienst. Ihren An- und Abreisetag können Sie unabhängig vom Programm frei wählen.

Ich freue mich auf Ihr Kommen!

**HEIKO STÖHR**

Leiter AllgäuWeite

**ALLGÄUWEITE**

Winkel 7

87477 Sulzberg-Moosbach

Tel.: 08376 9200-0

info@allgaeu-weite.de

**WWW.ALLGAEUWEITE.DE**



# Auf einen Blick

DIE WICHTIGSTEN TERMINE MAI 2020 - JULI 2020

<p><b>Hensoltshöher Abend</b> Konzert mit Michaela Kögel (Gesang) und Thomas Werner (Orgel)</p>	<p><b>01</b> JULI 19.30 Uhr Bethelsaal</p>
<p><b>ZehndreiBig-Gottesdienst</b> zum Thema „Heimat“ mit der Theatergruppe und Musikern der Realschule Hensoltshöhe</p>	<p><b>12</b> JULI 10.30 Uhr Bethelsaal</p>
<p><b>Missionskonferenz</b></p>	<p><b>19</b> JULI</p>

## ABSAGE DER PFINGSTKONFERENZ 2020

Die für Pfingstsonntag 2020 geplante Konferenz muss auf das nächste Jahr verschoben werden. Wir freuen uns, dass Dr. Hans-Joachim Eckstein bereits jetzt seine Teilnahme zugesagt hat und wir das diesjährige Thema „Wir sind nicht allein“ im nächsten Jahr unter anderem im Gottesdienst am Vormittag und in der Nachmittagsveranstaltung aufgreifen und vertiefen können. Weitere Informationen zur Pfingstkonferenz 2021 finden Sie in Kürze auf der Webseite des Geistlichen Zentrums.

## NICHT VOR ORT UND DOCH DABEI

Viele Veranstaltungen, die für die Monate Mai bis Juli in Planung waren, müssen derzeit ausfallen. Besonders schmerzt uns dabei die Absage der Gottesdienste des Geistlichen Zentrums. Doch wenn keine Besucher zum Gottesdienst auf die Hensoltshöhe kommen dürfen, dann kommt eben der Gottesdienst zu den Menschen nach Hause! Wir laden Sie herzlich ein, über das Internet an den sonntäglichen Gottesdiensten des Geistlichen Zentrums teilzunehmen. So ist zwar keiner vor Ort und doch können alle dabei sein. Wir freuen uns auf Sie! Alle Informationen zum Live-Stream finden Sie auf der Webseite des Geistlichen Zentrums.



- ! Die Corona-Krise stellt die Planung von Veranstaltungen derzeit vor besondere Herausforderungen. !
- Im Internet finden Sie jederzeit aktuelle Informationen: ●

[WWW.GEISTLICHES-ZENTRUM-HENSOLTSHOEHE.DE](http://WWW.GEISTLICHES-ZENTRUM-HENSOLTSHOEHE.DE)  
[WWW.STIFTUNG-HENSOLTSHOEHE.DE](http://WWW.STIFTUNG-HENSOLTSHOEHE.DE)

**01** JULI  
19.30 Uhr

## „JUBILATE DEO“ – KONZERT FÜR SOPRAN UND ORGEL



Am Mittwoch, 1. Juli 2020, wird es einen ganz anderen Hensoltshöher Abend geben, als man das sonst gewohnt ist. Anstelle eines fachkundigen Vortrages werden Michaela Kögel (Sopran) und Thomas Werner (Orgel) mit einem virtuoson Konzert im Bethelsaal gastieren. Unter der Überschrift „Jubilata deo“ erwarten die Zuhörerinnen und Zuhörer Werke verschiedener Epochen von Dietrich Buxtehude und André Campra bis hin zu Felix Mendelssohn Bartholdy und Josef Gabriel Reinberger. Das Programm wird außerdem ergänzt durch Choralvorspiele von Healey Willan. Michaela Kögel wirkt seit 2011 als Dekanatskantorin in der Maria-Magdalena-Gemeinde Frankfurt-Sachsenhausen und im Stadtdekanat mit den Schwerpunkten Singen und Singen mit Kindern. Thomas Werner erhielt zwei erste Preise bei „Jugend musiziert“ und studierte zunächst Anglistik und Theaterwissenschaften in Berlin. Dort erhielt er Klavierunterricht bei Frank-Immo Zichner und Matthew Rubenstein, und besuchte Meisterkurse unter anderem bei Peter Feuchtwanger. Für eine Klavierbauerausbildung zog er 2002 nach Gunzenhausen und arbeitet seitdem in diesem Beruf.



## Alles außer gewöhnlich und ganz anders als erwartet...



„ALLES außer GEWÖHNLICH“ – so lautete das Motto der diesjährigen Osterkonferenz. Die Vorbereitungen der Großveranstaltung liefen bereits auf Hochtouren, da hörte man von ersten Corona-Fällen auch in Deutschland. In den Folgewochen kam alles ganz schnell und vor allem anders als geplant: Das neuartige Coronavirus und die von ihm verursachte Lungenkrankheit Covid-19 breiteten sich in Deutschland so stark aus, sodass die Bayerische Staatsregierung bereits im Februar alle geplanten öffentlichen Veranstaltungen zum Schutz der Bevölkerung sukzessive untersagte. Schweren Herzens, aber der Regierungsentscheidung aus vollem Herzen zustimmend, sagten wir deshalb auch die diesjährige Osterkonferenz ab.

Natürlich war die Enttäuschung unter den rund 300 Ehrenamtlichen groß. Wie viel Zeit und Kraft hatten viele der freiwilligen Helfer bereits in die Planung und Vorbereitung der Veranstaltung investiert!

Die finanzielle Seite der Absage stellt uns nun jedoch vor die größten Herausforderungen, denn die Lage ist in diesem Jahr besonders schwierig: Durch den Wegfall der Gottesdienstkollekten während der Osterkonferenz, brach auch der Großteil der erhofften Spendeneinnahmen weg. Und das, obwohl die Unkosten der Osterkonferenz bereits schon jetzt bei ca. 25.000 EUR liegen.

Etliche Freunde und Förderer sind unserer Bitte um eine finanzielle Unterstützung der Osterkonferenz seitdem gefolgt und haben uns eine Spende zukommen lassen. Wir sind für diese Unterstützung sehr dankbar!

Nun bitten wir auch Sie dringend um Ihre Unterstützung: Bitte helfen Sie mit einer Spende, die bereits entstandenen Unkosten der Osterkonferenz mitzutragen, damit wir nach der überstandenen Corona-Krise entschlossen und mutig in die Planungen der Osterkonferenz 2021 starten können!

Ganz herzlichen Dank für Ihre finanzielle Unterstützung!

Timotheus Hübner  
und das Leitungsteam der Osterkonferenz



### SPENDENKONTO

STIFTUNG HENSOLTSHÖHE

IBAN: DE84 7655 1540 0015 0755 00

BIC: BYLADEM1GUN

Verwendungszweck: Osterkonferenz 2020

ODER ONLINE  
SPENDEN UNTER  
WWW.  
OSTERKONFERENZ.DE/  
SPENDEN



Stiftung  
Hensoltshöhe

Gesundheit · Bildung · Gastfreundschaft  
Geistliches Zentrum

Hensoltstraße 58, 91710 Gunzenhausen  
Tel. 09831 507-0, Fax 09831 507-350  
info@stiftung-hensoltshoehe.de

GEISTLICHES ZENTRUM  
HENSOLTSHÖHE  
[www.geistliches-zentrum-hensoltshoehe.de](http://www.geistliches-zentrum-hensoltshoehe.de)

DIAKONISSEN-MUTTERHAUS  
HENSOLTSHÖHE  
[www.stiftung-hensoltshoehe.de](http://www.stiftung-hensoltshoehe.de)

FEIERABENDHAUS BÜCHELBERG  
HENSOLTSHÖHE  
[www.stiftung-hensoltshoehe.de](http://www.stiftung-hensoltshoehe.de)

ALTMÜHLSEEKLINIK  
HENSOLTSHÖHE  
[www.altmuehlseeklinik.de](http://www.altmuehlseeklinik.de)

REALSCHULE  
HENSOLTSHÖHE  
[www.realschule-hensoltshoehe.de](http://www.realschule-hensoltshoehe.de)

FACHAKADEMIE FÜR  
SOZIALPÄDAGOGIK HENSOLTSHÖHE  
[www.fachakademie-hensoltshoehe.de](http://www.fachakademie-hensoltshoehe.de)

FAMILIENZENTRUM SONNENHOF  
HENSOLTSHÖHE  
[www.familienzentrum-sonnenhof.de](http://www.familienzentrum-sonnenhof.de)

ALTENHEIM HENSOLTSHÖHE  
[www.altenheim-hensoltshoehe.de](http://www.altenheim-hensoltshoehe.de)

CHRISTLICHES GÄSTEZENTRUM  
AMMERSEEHÄUSER  
[www.ammerseehaeuser.de](http://www.ammerseehaeuser.de)

CHRISTLICHES GÄSTEHAUS  
ALLGÄUWEITE  
[www.allgaeu-weite.de](http://www.allgaeu-weite.de)

#### IMPRESSUM

Stiftung Hensoltshöhe  
Hensoltstraße 58, 91710 Gunzenhausen  
Tel. 09831 507-151, Fax 09831 507-194  
info@stiftung-hensoltshoehe.de,  
www.stiftung-hensoltshoehe.de  
Stiftungsvorstand: Pfr. Dr. Wolfgang Becker,  
Diakonisse Marion Holland und Burkhard Weller  
Redaktion: Timotheus Hübner, Johannes Schweigardt,  
mittendrin@hensoltshoehe.de  
Bildnachweise: Titelbild: zabanski/Adobe Stock,  
S. 6: asmakar/Adobe Stock, S. 9: Yellow Tree, S. 10: Privat,  
S. 12: Klinikum Altmühlfranken, S. 12 unten: Privat,  
S. 13 oben (beide): Büro Westphal, S.15 Bild Thomas  
Werner: Quelle privat, Rest: Stiftung Hensoltshöhe  
Konzeption und Design: Yellow Tree, www.yellowtree.de