



Liebe Leserin, lieber Leser,

Jetzt liegt das Jahr 2020 hinter uns. Es ist ein außergewöhnliches Jahr für die meisten von uns gewesen. Wie haben Sie die letzten Tage des Jahres verbracht?

Welche Menschen haben Sie getroffen? Was haben Sie diesen Menschen geschenkt und gesagt? Was haben Sie von anderen Menschen geschenkt bekommen und mit ihnen geteilt? Hatten Sie die Ruhe, um die gemeinsame Zeit zu genießen?

Das vergangene Jahr hat vieles verändert und in Frage gestellt, was für viele von uns vorher vielleicht selbstverständlich war. Auch im Jahr 2021 wird uns begleiten, was wir schon im letzten Jahr kennen gelernt haben.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie in diesen ungewöhnlichen Zeiten Menschen haben, mit denen Sie Ihre Gedanken teilen können. Wir wünschen Ihnen die Kraft und Stärke, um auch anderen Menschen eine Stütze zu sein. Wenn Sie mögen, teilen Sie uns gern Ihre Gedanken und Anregungen zu diesen Seniorenbriefen mit. Wir freuen uns, von Ihnen zu hören und wünschen Ihnen auch für 2021 beste Gesundheit und Menschen, die Ihnen in diesen besonderen Zeiten guttun.

Herzliche Grüße

Ihr Redaktionsteam



Wünsche zum neuen Jahr

Ein bisschen mehr Friede und weniger Streit.
Ein bisschen mehr Güte und weniger Neid.
Ein bisschen mehr Liebe und weniger Hass.
Ein bisschen mehr Wahrheit - das wäre was.
Statt so viel Unrast ein bisschen mehr Ruh.
Statt immer nur Ich ein bisschen mehr Du.
Statt Angst und Hemmung ein bisschen mehr Mut.
Und Kraft zum Handeln - das wäre gut.

In Trübsal und Dunkel ein bisschen mehr Licht.
Kein quälend' Verlangen, ein bisschen Verzicht.
Und viel mehr Blumen, solange es geht.
Nicht erst an Gräbern - da blühen sie zu spät.
Ziel sei der Friede des Herzens.
Besseres weiß ich nicht.

Peter Rosegger



Jedes Gespräch ist
ein Fenster in die Seele
des Anderen.

Herbert Madinger

Die anderen Brücken ...

Du hast einen schönen Beruf, sagte das Kind zum alten Brückenbauer, es muss schwer sein, Brücken zu bauen.

Wenn man es gelernt hat, ist es leicht, antwortete der alte Brückenbauer, es ist leicht, Brücken aus Beton und Stahl zu bauen. Die anderen Brücken sind sehr viel schwieriger, sagte er, die baue ich in meinen Träumen.

Welche anderen Brücken? fragte das Kind. Der alte Brückenbauer sah das Kind nachdenklich an. Er wusste nicht, ob es verstehen würde. Dann sagte er:

Ich möchte eine Brücke bauen von der Gegenwart in die Zukunft, von der Dunkelheit ins Licht, von der Traurigkeit zur Freude. Eine Brücke von einem Menschen zum anderen Menschen, eine Brücke des besseren gegenseitigen Verstehens, der Achtsamkeit und des Annehmens. Ich möchte eine Brücke bauen von der Zeit zur Ewigkeit über alles Vergängliche hinweg. Das wäre herrlich, wenn ich solche Brücken für alle Menschen bauen könnte, aber das ist nur ein Traum.

Das Kind hatte aufmerksam zugehört. Es hatte nicht alles verstanden. Doch spürte es, dass der alte Brückenbauer traurig war. Weil es ihm eine Freude machen wollte, sagte das Kind: Ich schenke dir meine Brücke. Und das Kind malte für den Brückenbauer einen bunten Regenbogen.

Anne Steinwart



Gemeinsam gegen Einsamkeit im Alter

Kennen Sie schon das Silbernetz? Es handelt sich um ein einzigartiges Gesprächsangebot für einsame ältere Menschen in Deutschland. Gegründet wurde diese Initiative in Berlin und durch diese besondere Situation im letzten Jahr auf das gesamte Bundesgebiet ausgeweitet.

Jeder kann mitmachen. Ziel dieser Initiative ist es, ältere Menschen mit Einsamkeitsgefühlen einen Weg aus der Isolation zu bieten.

Die kostenfreie Telefonnummer ist täglich von 8.00 bis 22.00 Uhr von Ehrenamtlichen besetzt.

Tel.: 0800 470 8090.

Dort kann jeder der über 60 Jahre ist, einfach mal reden, ganz anonym und vertraulich.



Keine Frage zu groß.
Kein Problem zu klein.
Kein Grund, damit allein zu sein.

Vorbild ist die britische Silver Line Helpline, die 2013 in Manchester startete. Hier in Deutschland ist das Angebot noch im Aufbau und auf Spenden angewiesen. Jeder der möchte, kann sich hier als „Silbernetz-Freund*in“ engagieren und wird auf diese Gespräche dann auch gut vorbereitet. Auch alle Engagierten bei Silbernetz möchten „Brückenbauer“ sein und freuen sich über jeden, der ihr Angebot nutzt.

Kennen Sie auch jemanden, der einsam lebt und sich mehr Kontakt zu Menschen wünscht, die in einer ähnlichen Situation leben?

Dann rufen Sie doch einfach an.