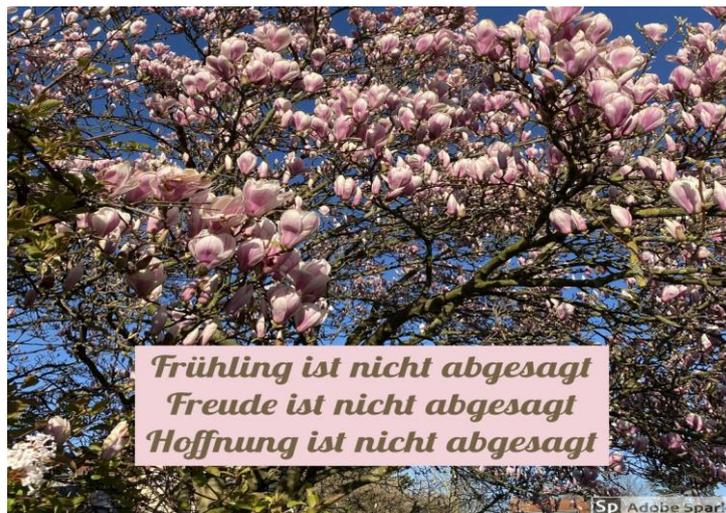


CORONA-NEWSLETTER Nr. 3 Frankfurt katholisch



Informationen, Ideen und andere wichtige Hinweise in Zeiten von Corona
Mit diesem Newsletter möchten wir Ideen und Anregungen aus Gemeinden und anderen Einrichtungen der Stadtkirche teilen und zum Umsetzen anregen. Außerdem geben wir Informationen weiter, die für alle hilfreich und nützlich sein können. Das alles soll ein Beitrag sein, die Einschränkungen durch die Corona-Pandemie gut und solidarisch zu bestehen. Solange die Einschränkungen im öffentlichen Leben gelten, werden wir den Newsletter in unregelmässigen Abständen veröffentlichen.

Seelsorge und Gespräch

Jutta Fechtig-Weinert überlegt an die Paare, die an einem Ehevorbereitungskurs teilnehmen wollten und deren Hochzeit in den meisten Fällen vermutlich auch abgesagt werden muss, einen Mut machenden Brief zu schreiben. Wenn es dazu Ideen oder auch bereits Vorüberlegungen gibt, bitte mit Jutta Fechtig-Weinert Kontakt aufnehmen (fechtig-weinert@stadtkirche-ffm.de).

Miriam Book, Klinikseelsorgerin im Bürgerhospital, hat für das Krankenhaus ein paar Ideen zusammen gestellt. Diese sind sicherlich für die Kollegen/innen in Kliniken, Altenheimen etc. interessant, aber eventuell lässt sich die eine oder andere Idee auch übertragen

- Erstellen eines Flyers mit dem Angebot für Patienten und Angehörige zur „Telefonseelsorge“ – kostenlos für die Patienten über die Krankenhausbetten, wenn die Klinikleitung mitmacht.
- Über die Lautsprecheranlage des Krankenhauses, so vorhanden, ein Impuls, ein Text, ein Märchen für die Seele zu einer festgesetzten Zeit am Tag durch einen der Seelsorger vor Ort
- So eine Kapelle vorhanden: Musik zum Entspannen, geistl. Impulse und Gesprächsangebot bei vorgegebenem Abstand
- Runterladen eines Fotobearbeitungsprogrammes für die Sternenkinder. Hintergrund: Die Sternenfotografen dürfen nicht mehr ins Haus kommen und die Kamera, die wir z.B. haben, ist keine Profikamera. Evtl. auch Fotos von Verstorbenen machen, wenn das die Angehörigen wünschen?
- Bei Todesfällen: einen Ort (Zelt?) schaffen, an den die Angehörigen kommen können für ein Gespräch und Trost.

- CD-Kopien für die Intensivpatienten erstellen. Ich hab vor kurzem einen Beitrag im Internet gefunden von einem Musiktherapeuten, der eine Auswahl an Musik zusammen gestellt hat, die auf die Herzfrequenz von Menschen eingeht und so zur Beruhigung beiträgt. Die Internetseite weiß ich nicht mehr, hab mir aber die Musikauswahl kopiert und kann sie gerne weitergeben (email: m.book@buergerhospital-ffm.de)
- Und dann werde ich doch noch einen Hamsterkauf starten: Süßkram für das Pflegepersonal.

In der Pfarrei St. Marien gibt es das ökumenische Angebot eines "Hallo-Netzes": Wer gerne am Telefon mit anderen sprechen möchte, kann bei zwei Nummern anrufen. Nach einem ersten Gespräch mit den Initiatoren des Hallo-Netzes kann man, wenn man es möchte, auch mit anderen Netzteilnehmern telefonieren.

Wer mehr wissen will, kann sich an Andreas Böss-Ostendorf wenden (a.boess-ostendorf@marien-frankfurt.de).

Die Gemeinde St. Ignatius lädt dazu ein, gemeinsam eine Bibel zu erstellen: "Alle zusammen schreiben wir das Neue Testament ab. Wenn jede/r einen oder mehrere Abschnitte übernimmt, schaffen wir es, in den kommenden Wochen das Neue Testament zu schreiben. Die einzelnen geschriebenen Seiten werden anschließend zu einer Bibel für die Kirche zusammengebunden. Bitte beachten Sie die Anleitungen. So erschaffen wir eine eigene Bibel für unsere Kirche."

Helpen

Im Caritasverband wurde eine Hotline zu Fragen und Hilfen rund um Corona geschaltet. Die Telefonnummer – 069/2982-4444 - ist täglich von 11.00 bis 15.00 Uhr erreichbar

Am Ende heute mal die Gedanken eines Frankfurter Hausarztes zur aktuellen Lage:

„So will ich ein paar Gedanken, die mir als aufgeklärter Mediziner die letzten Tagen durch den Kopf gehen, mit euch teilen.

Schon als man das Weihwasser aus den Kirchen entfernt hat, habe ich gestutzt. Noch vor ca. fünf Generationen, also unseren Ur Ur Großeltern, wäre in diesen Zeiten das Weihwasser in jedem Haushalt das Mittel der Wahl gewesen, um sich vor der drohenden Krankheit zu schützen. Natürlich wäre man in die Kirche gegangen, um sich durch die Kommunion zu stärken und sich durch den Segen zu schützen. Heute hofft man auf ein rettendes Serum oder eine schützende Impfung. Man soll Abstand halten, statt sich an einen Tisch zu setzen und Gemeinschaft zu feiern. Natürlich sind die jetzt getroffenen Maßnahmen sinnvoll und notwendig, aber sie stürzen viel von uns in andere Ängste: Wie geht es wirtschaftlich weiter? Was wird mit meinem Job? Und was wird, wenn ich krank werde, so ohne Impfung oder hilfreiches Serum? Und dann ist heute Lätare. Was soll das? In der Fastenzeit sollen wir uns freuen? Richtig!!!! Gerade jetzt ist es wichtig, die positiven Aspekte dieser Krise zu erkennen. Die Welt hat angehalten und ist gezwungen worden den Irrsinn, immer mehr, immer billiger, immer schneller, zu stoppen. Es wird deutlich, an welchem seidene Faden das Funktionieren der Globalisierung hängt und es ist zu hoffen, dass man daraus Lehren zieht. Wir selbst sind gezwungen, vieles zu überdenken - Fastenzeit. Und da kam mir der medizinische Aspekt in den Sinn:

Das, was uns jetzt hilft, ist ein gutes Immunsystem. Doch was stärkt unser Immunsystem? Nein, es ist nicht Zink oder Selen, auch nicht Vitamin C, B oder E! Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass Glücklichkeit den stärksten positiven Einfluss auf unser Immunsystem hat.

Also mein Tip: Nur ein mal am Tag Nachrichten! Ansonsten ausreichend Schlaf, wenig Alkohol, mindestens 30 min. Bewegung an der frischen Luft, viel Flüssigkeit, Singen, Lachen und fröhlich sein.

In dem Sinne freue ich mich schon auf die Feste nach dieser Zeit, (und stelle sie mir bildlich und akustisch und geschmacklich mit geschlossenen Augen vor) wenn wir bei einem kühlen Bier nach einer schweißtreibenden Wanderung zusammensitzen werden und gemeinsam glücklich sind.“