

DER BOTE

AUS LISSABON

Alt werden

Zeitschrift für evangelische Christen
deutscher Sprache in Portugal
Lissabon • Porto • Madeira • Algarve





Kirche:

EIN GROSSES MITEINANDER

Wo gibt es das denn sonst noch, dass alle etwas gemeinsam machen, egal wie jung oder alt sie sind? Bei uns in den Gemeinden ist das so! In den Gottesdiensten und bei unseren Festen, bei Ausflügen und oder bei der Gemeindefreizeit: Jede*r ist willkommen! Gemeinsam sind wir Kirche!



Alt werden will jeder – aber niemand möchte alt sein!

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER!



So richtig jung sind wir im Redaktionsteam alle nicht mehr. Ich vermute, dass ich mit meinen 48 Jahren die Jüngste im Team bin. Aber alt sind wir auch noch nicht! Oder vielleicht doch? Bei unserer Redaktionssitzung haben wir uns intensiv mit dem Thema „Alt werden“ beschäftigt, haben uns über die positiven Seiten ausgetauscht (nach dem Ende des Arbeitslebens gibt es viel mehr Zeit) und auch über die negativen Seiten (mit dem Alter braucht man auch für alles mehr Zeit...). Uns ist bewusst geworden, dass wir in unseren Gemeinden ja an der Quelle sitzen, denn zu jeder Gemeinde gehören ältere und sogar richtig alte Menschen. Einige davon sind regelrechte Vorbilder fürs eigene Altwerden! Und wenn jetzt jemand meint, der so jung ist wie ich oder noch jünger, dass dieses Thema für ihn nicht relevant sei – abwarten! Mit diesem Thema

werden wir es alle zu tun bekommen, ob irgendwann einmal in Bezug auf uns selbst oder jetzt schon bei unseren Eltern oder Großeltern. Es gibt nur eine Alternative zum alt werden, und die ist: jung sterben...

Natürlich weiß niemand von uns, wie viele Lebensjahre noch vor ihm liegen. Doch als Christen braucht uns weder das Altwerden oder -sein schrecken noch der Gedanke an den bevorstehenden Tod. Wir dürfen wie der Psalmbeter auf Gott vertrauen und sagen: Ich vertraue auf dich, Gott. Meine Zeit steht in deinen Händen. (Ps 31,15+16a)

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern, egal wie jung oder alt sie sind oder sich fühlen, eine angenehme Lektüre und einen guten Start in den Alltag nach der Sommerpause!

Für das Redaktionsteam

[Pfarrerin Christina Gelhaar]

INDEX

Editorial	3
Geistliches Wort	4
Hauptthema: Alt werden	6
Literarische Kostprobe	13
Gottesdienste und Veranstaltungen	14
Freud und Leid	16
Porto: Vorstellung Pfr. i.R. Volker Krolzik und Infos zur Gemeindetagung	17
Algarve: Neuer Kirchengemeinderat	20
Madeira: Dom unter Blättern	21
Lissabon: Aus dem GKR – Vorstellung der neuen Freiwilligen	22
Kinderseite	24
Kirche für junge Menschen: Neues Projekt	25
Kontakt & Impressum	26
Adventsbasar	27
Fotowettbewerb	28

Redaktionsteam:

Christina Gelhaar (Lissabon); Volker Krolzik, Cornel Gass, Susanne Rösch, Tanja Mutert Barros (Porto); Pfr. i.R. Ulrich Krause-Röhrs, Irmtraut Finken, Oscar Sturm (Algarve); Ilse Berardo, Stefanie Seimetz (Madeira)



ALT UND LEBENSSATT

„**E**r verschied und starb und wurde versammelt zu seinen Vätern, alt und lebenssatt.“ Diese Worte verwendet die Bibel ein paar Mal, um das hohe Alter und das Lebensende eines Menschen zu beschreiben. Lebenssatt. Schon als Kind hat mich dieses Wort angesprochen und in mir den Wunsch ausgelöst, irgendwann selbst einmal dieses Gefühl zu erfahren. Es war mir völlig klar, dass lebenssatt nicht bedeutet, das Leben satt zu haben, sondern im Gegenteil gesättigt vom Leben und zufrieden damit zu sein.

Junge Menschen sind eher lebenshungrig. Das ganze Leben liegt vor ihnen wie ein Notizbuch mit leeren Seiten, die darauf warten, beschrieben zu werden. Im Laufe unseres Lebens füllen wir Seite um Seite mit unseren Erfahrungen und Erkenntnissen, mit Begegnungen, mit schönen Momenten und traurigen oder schmerzhaften. Der Radius, in dem wir uns bewegen, wird immer größer, bis wir als Erwachsene unsere eigenen Entscheidungen verantworten und unseren eigenen Weg gehen. Die Wohnungen, die ich seit meinem Erwachsenenalter bewohnt habe, sind immer größer geworden – angefangen beim kleinen Zimmer im Studentenwohnheim über ein Ein-Zimmer-Apartment mit eigener Nasszelle, der ersten gemeinsamen Wohnung mit meinem Mann, der Doppelhaushälfte für die fünfköpfige Familie bis zur großzügigen Pfarrwohnung in Lissabon. Aber ich weiß, dass es nicht ewig so weiter gehen wird. Am Ende meines Lebens werde ich nicht in einem Schloss mit unendlich vielen Zimmern wohnen... Wenn die Kinder groß sind und

ihre eigenen Wege einschlagen, werden wir wieder weniger Platz brauchen. Und irgendwann wird sich mein Bewegungsradius wieder verringern. Das Leben verläuft nicht linear nach oben, sondern eher umgekehrt parabelförmig, so ist mein Eindruck. Am Anfang der Parabel steht der Lebenshungrer und am Ende im Idealfall die Lebenssättigung. Aber wie genau können wir diese Lebenssättigung erreichen? Dieser Frage möchte ich nachgehen, indem ich einen Blick auf die fünf biblischen Gestalten werfe, die als alt und lebenssatt bezeichnet werden.

Der erste lebenssatte Mensch der Bibel war der Urvater **Abraham**. Von ihm ist überliefert, dass er Gottes Stimme hörte und seinem Ruf vertraute, seine Heimat und seine Verwandten verließ und sich auf den Weg machte in das Land, das Gott ihm verheißen hatte. Er und seine Frau Sara blieben lange kinderlos, obwohl Gott ihnen viele Nachkommen versprochen hatte. Erst als beide schon sehr alt waren, löste Gott dieses Versprechen ein.

Das versprochene Kind, **Isaak**, ist schon der nächste Mensch, der am Ende seines Lebens alt und lebenssatt starb. Auch sein Lebensweg war besonders. Als er noch ein Kind war, stand sein Leben auf des Messers Schneide – weil sein Vater Abraham von Gott den Befehl erhalten hatte, seinen Sohn zu opfern. Damit wollte Gott der Überlieferung nach Abrahams Gehorsam testen. Abraham bestand den Test und Gott verhinderte in letzter Sekunde die grausame Tat und machte ein für alle Mal klar, dass es keine Menschenopfer geben soll. Als junger Mann legte Isaak einen weiten Weg zurück, um



eine Frau aus der Heimat seiner Eltern zu finden, und bekam mit ihr die ewig streitenden Zwillinge Jakob und Esau. Als Isaak alt (aber vielleicht noch nicht lebenssatt) war, wollte er seinen Besitztum mit seinem väterlichen Segen an den erstgeborenen Esau weitergeben und wurde von seinem anderen Sohn mit Hilfe dessen Mutter betrogen. In der Folge musste Jakob fliehen, und auch Esau, der um sein Erbe gebracht worden war, verließ das Lager seiner Eltern. Jahrzehnte später versöhnten sich die Zwillinge und kehrten zu ihrem Vater zurück, der erst dann lebenssatt sterben konnte.

Viele Jahrhunderte vergingen, bevor wieder über einen Menschen in der Bibel gesagt wurde, dass er lebenssatt war, und zwar über den legendären König **David**. Dieser hat schon als Kind all sein Vertrauen auf Gott gesetzt und todesmutig die Schafe seines Vaters gegen Löwen und Bären verteidigt. Darum hatte er auch keine Angst vor dem Riesen Goliath, den er mit einer Steinschleuder zu Fall brachte. Lange diente er am Hof des Königs Saul, war aber von Gott selbst schon zum König bestimmt. Als Kriegsherr brachte er sowohl das Land Juda als auch das Land Israel unter seine Gewalt und machte Jerusalem zur Hauptstadt. Obwohl er sich nicht immer tadellos verhielt – ein Prophet machte ihm seinen größten Fehler mehr als deutlich – hielt er

sich immer an Gott fest, und Gott hielt an ihm fest. Als David alt und lebenssatt war, gab er das Königtum an seinen Sohn Salomo weiter.

Der vierte lebenssatte Mensch ist eine relativ unbekannte biblische Person: Der Priester **Jojada**, der in den Intrigen des Königshauses den rechtmäßigen König Joasch vor dessen machtbessener und blutrünstiger Großmutter schützte. Mit Jojadas Hilfe brachte Joasch das Volk Israel wieder zurück zum Glauben an den einen Gott. König Joasch war ein rechtschaffener Mensch, solange der Priester Jojada lebte und ihn beriet – bis dieser dann eben alt und lebenssatt starb.

Die letzte biblische Person in dieser Reihe ist **Hiob**, jener Mann, der sich immer an Gott festhielt, in guten wie in schlechten Zeiten. Er hatte ein extremes Leben: Zu Beginn war er extrem reich und gesegnet, Vater von zehn Kindern. Dann erhielt er eine Hiobsbotschaft nach der anderen, verlor seinen Besitz, seine Kinder, seine Gesundheit – aber niemals seinen Glauben. Im Gegenteil, in seiner großen Not wendet er sich an Gott und klagt ihn regelrecht an. Damit konnte Gott dem Satan beweisen, dass Hiob ein durch und durch guter Mensch ist, und gewann seine Wette. Am Ende wurde Hiob wieder gesund und reich und bekam noch einmal zehn Kinder, bevor er dann alt und lebenssatt starb.

Im Blick auf dieser fünf Männer wird mir bewusst, dass die Lebenszufriedenheit nicht am Ende eines einfachen und völlig gradlinig verlaufenen Lebens steht. Alle diese Männer haben Höhen und Tiefen erlebt, Momente des Glücks und der Gefahr oder der großen Verzweiflung. Aber was sie alle gemeinsam haben, ist das große Gottvertrauen, mit dem sie ihr Leben gelebt haben. Das könnte das Geheimnis der Lebenssatttheit sein.

Und auch, wenn bei diesen Menschen immer von alt und lebenssatt die Rede war und sie alle auch ein biblisches Alter erreicht haben, meine ich, dass die Zufriedenheit am Ende eines Lebens nicht unbedingt mit der Zahl der Lebensjahre zusammenhängt. Ein Mensch, der viel zu früh aufgrund einer schweren Krankheit stirbt, kann im Rückblick auf sein Leben dennoch im Frieden sein Leben abschließen – und lebenssatt sterben, davon bin ich überzeugt. Im Vertrauen auf Gott dürfen wir empfangen, was er uns gibt, und in seine Hände legen, was uns genommen oder vorenthalten wird, so wie Hiob es gesagt hat (vgl. Hiob 1,21). Das könnte der Schlüssel zu einem erfüllten Leben sein, den wir alle unabhängig von unserem Alter und unserer Lebenssituation in den Händen halten.

Wer am Ende seines Lebens lebenssatt und zufrieden von dieser Welt gehen möchte, sollte beizeiten anfangen, seinen Lebenshunger mit dem zu stillen, was wirklich satt macht: dem Vertrauen auf Gott, der uns unendlich liebt und unser Leben vom Anfang bis zum Ende und darüber hinaus begleitet.

[Pfarrerinnen Christina Gelhaar, Lissabon]

Es kommt nicht darauf an, dem Leben mehr Jahre zu geben, sondern den Jahren mehr Leben.

Alexis Carrel (1873 - 1944), dem französischen Chirurgen, Anatomen und Physiologen, der 1905 die erste Herztransplantation durchführte und einen Nobelpreis erhielt, zugeschrieben

UND JETZT?!?

WIE LEBE ICH IN MEINEM DRITTEN LEBENSABSCHNITT?
EINE SPURENSUCHE IM GESPRÄCHSKREIS DER DEKA ALGARVE

Antworten auf die Fragen

Die gebräuchlichen Worte „Ruhestand“ oder „Rentner sein“ mochte niemand in unserem Gesprächskreis. Was alle sehr schätzen: die Freiheit, die alle jetzt im eigenen Leben nach ihrer Berufsbiografie erleben! Zusammengefasst klingt das ungefähr so:

Ich bin jetzt nicht mehr fremdbestimmt und eingespannt in eine Mühle von Anforderungen, die ständig von außen auf mich einprasseln! Ich kann jetzt selbst entscheiden, wie ich mein Leben gestalte! Kann Verreisen. Ein Jahr mit meiner Familie in einem anderen Land leben. Hatte die Chance, Portugal als mein neues Zuhause zu wählen und mich jetzt hier zu engagieren, wo es mir etwas bedeutet! Jetzt, wo ich mein Brot nicht mehr verdienen muss, tue ich endlich das, was ich schon immer tun wollte! Ich sehe nicht ein, mich jetzt mit meinen 73 Jahren in irgendeinen „Ruhestand“ zu begeben! Ja, ich mache immer noch Dinge aus meinem früheren Beruf, nun aber anders! Um alle meine Interessen unter einen Hut zu bekommen, habe ich verschiedene Bereiche mit einem Anteil von jeweils 20% versehen. Das hilft mir!

Tenor in der Gruppe

Alle wussten, dass manche Menschen nach ihrem Berufsleben nichts mit sich anfangen wissen, aber keinem in der Gruppe geht es so.

Erkenntnisse aus der Psychologie

Ein Zweig der Psychologie untersucht, welche Bedingungen Menschen eigentlich für ein gutes Leben brauchen:

Zentral ist es, gute Beziehungen zu anderen Menschen haben sowie sich in sozialen Kreisen zu bewegen und Zusammengehörigkeit spüren. Empfohlen wird deshalb, in soziale Fitness zu investieren. Die Wärme der Beziehungen ist dabei entscheidend für ein gutes Leben.

Sehr wichtig ist es, Dinge zu tun, die einem etwas bedeuten und mit Leuten in Kontakt zu sein, die einem etwas bedeuten, und Ziele zu haben.

Bewegung, sich gesund ernähren, herunterschalten und sich entspannen sind sowohl Basis als auch für den Ausgleich wichtig.

Ein Augenöffner ist der Blick auf die hohe Bedeutung von Menschen zwischen 65 und 85 Jahren für das Gemeinwohl:

Schätzungsweise 40% der 65- bis 85-jährigen Menschen in Deutschland engagieren sich ehrenamtlich für das Gemeinwohl! Zwei Drittel davon mit 2-5 Stunden pro Woche. Insgesamt ergibt das etwa 1,5 Milliarden Stunden soziales Engagement. Das entspricht etwa 870.000 Vollzeitstellen.

Der genannte gesellschaftliche Wert dieser Menschen steigert sich noch durch erhebliche praktische Hilfen in der innerfamiliären Unterstützung von Kindern und Enkeln: insgesamt leisten die 65- bis 85-Jährigen etwa 2,4 Milliarden Stunden an Betreuung und Hilfe in ihren Familien! Das sind 2,4 Millionen Vollzeitstellen.

Darüber hinaus unterstützt diese Personengruppe ihre Familienmitglieder regelmäßig finanziell. Unabhängig von Erbschaften oder Geldgeschenken ergibt das eine geschätzte Gesamtsumme von rund 10 Milliarden Euro.

Diese sozioökonomische Dimension ist weitgehend unsichtbar, weil darüber nicht berichtet wird. Auch in politischen und gesellschaftlichen Diskussionen ist dieser Bereich nicht im Blick.

Fazit

Die verschiedenen Teile des Nachmittags im Gesprächskreis ergeben das differenziertere Bild einer Generation, die sich jenseits der Klischees bewegt.

Die Alten gibt es nicht! Was es aber gibt, sind viele unterschiedliche Potentiale im eigenen Leben nach dem Berufsleben. Dieser dritte Lebensabschnitt wird von Menschen extrem unterschiedlich gelebt. Gerade deshalb brauchen wir neue Bilder vom Altwerden. Individuell und gesellschaftlich: für uns selbst – und als Gesellschaft. [Ulrich Krause-Röhrs, Algarve]

Verlust und Gewinn beim Altwerden

GEDANKEN EINER „ANFÄNGERIN“

„**A**lt zu werden bedeutet nicht nur Verlust,“ sagte meine Freundin, als wir beide auf die 60 zgingen. „Man gewinnt auch viel, je älter man wird.“ Als ich sie erstaunt ansah, sprach sie von Geduld und Gelassenheit, von Zufriedenheit über kleine Dinge und dass ich mit den Jahren eben weiser werde. Pfarrerin, die sie ist, zitierte sie auch gleich Jesaja 46,4: „Bis in euer Alter bin ich derselbe. Ich will euch tragen, bis ihr grau werdet.“

Ich war skeptisch. Nicht an Gottes Begleitung bis zum Lebensende zweifelte ich, aber dieses „alles positiv Sehen“, das erschien mir nicht richtig. Gottes Begleitung heißt doch nicht, dass ich lebenslang auf Rosenblättern unterwegs bin! Ich hätte meiner Freundin damals ruhig vehementer widersprechen können. Mit den Jahren erkenne ich, wie viele Einschränkungen das Altwerden mit sich bringt.

Am Stock zu gehen, bedeutet nicht nur, dass jemand langsamer unterwegs ist. Es bedeutet auch, dass diese Person beim Gehen Schmerzen hat. Wer nicht mehr gut hört, kann nicht nur der aufgeregten Diskussion am Kaffeetisch schlechter folgen. Sie oder er gewinnt auch den Eindruck, weniger wichtig und weniger interessant zu sein und fühlt sich übergangen. Zahnersatz ist nicht nur teuer. Mit künstlichen Zähnen verzichtet mancher alte Mensch auf die faserige Artischocke, auf das womöglich nicht ganz zarte Steak, auf die knackigen Nüsse.

„Mein Körper ist nicht mehr zuverlässig, und auch mein Geist entwickelt jetzt ein Eigenleben,“ berichtet mir Luise an ihrem 80. Geburtstag. „Meine Erinnerung sagt mir, dass mein Bruder Klaus bei der

Hochzeit meiner Tochter dabei war. Aber er, zwei Jahre jünger als ich, ist sich genauso sicher, dass er damals in Schweden war. Wie lange wir auch streiten, wir können uns nicht einigen, wie es nun wirklich war.“

Veränderungen im Gedächtnis bemerke ich selbst seit langem: Namen, Telefonnummern, Karten-Pins und all diese Passwörter – auswendig kenne ich die nicht mehr. Mein Nachbar René klagt darüber, dass die heute gelernten und „gekonnten“ Portugiesisch-Vokabeln nach zwei Tagen in seinem Buch dastehen, als hätte er sie nie zuvor gehört.

„Altwerden bedeutet Abschiednehmen“ sagt meine kluge Freundin jetzt. Hatte man mit Zwanzig noch den Eindruck, die Welt stehe einem offen und täglich öffneten sich Türen zu neuen, interessanten Räumen, stellt man beim Altwerden fest, dass sich Türen unbemerkt geschlossen haben. Das Tennis-Turnier gewinnen? Im Kammerchor die Sopranstimme mitsingen? Mit Auto und Zelt zum Nordkap? Und wer auf solche Eskapaden verzichten mag, vermisst vielleicht die Wanderung am Sonntag, bedauert, dass im Minirock unterwegs zu sein bedeutet, die Krampfadern nicht verstecken zu können, stellt fest, dass die 3 Kilo Übergewicht aus dem Sommerurlaub vor dem nächsten Urlaub immer noch da sind.

Abschiednehmen von vielen Selbstverständlichkeiten, für die man früher nicht einmal dankbar war! Womöglich, wenn ich das mit der Dankbarkeit immer besser lerne, werde ich tatsächlich noch geduldig, gelassen und weise. Es bleibt unser Trost, dass Gottes Begleitung weder von der Anzahl noch von der Farbe unserer Haare abhängt! [**Stefanie Seimetz, Madeira**]

VORBILDER AUS UNSEREN GEMEINDEN

Hans Dieter Wedel: Ein leuchtendes Vorbild in der Ge- meinde in Porto

Ein Mann, der immer da ist, wenn Not am Mann ist – so könnte man Hans Dieter Wedel tref-

fend beschreiben. Mit 85 Jahren ist er ein lebendes Vorbild für uns alle und auch

eine unverzichtbare Säule in unserer Gemeinschaft. Seine unermüdliche Hilfsbereitschaft machen ihn zu einem wahren „Mann für alle Fälle“.

Hans Dieter Wedel, ehemaliger Geschäftsführer der Firma Schmitt + Sohn Elevadores, ist weit mehr als nur ein Senior unserer Gemeinde; er ist ein Handwerker, ein Techniker, ein Naturliebhaber und vor allem ein Freund und Helfer für jeden, der ihn braucht. Es sieht so aus, als gäbe es kein Problem, das er nicht lösen könnte.

Die Instandhaltung unseres Gemeindezentrums ist ihm ein besonderes Anliegen, und er ist sofort zur Stelle, wenn in unseren Ferienappartements Schwierigkeiten auftauchen. Egal ob eine technische Panne, ein defektes Gerät oder ein unvorhergesehenes Problem, Hans Dieter kümmert sich darum, ohne auf die Uhr zu schauen.

Seine prompte und zuverlässige Hilfe ist für uns alle von unschätzbarem Wert.

Unseren neuen Gästen und Kindern kommt er mit Offenheit entgegen, bereichert somit unser Zusammenleben, und erinnert uns immer wieder daran, wie wichtig unser Zusammenhalt ist.

Hans Dieter Wedel zeigt uns jeden Tag aufs Neue, dass Alter keine Grenze für Engagement und Hilfsbereitschaft ist. Er ist ein leuchtendes Vorbild dafür, wie man das Leben mit Sinn füllen und einen positiven Einfluss auf seine Umgebung ausüben kann. Wir sind dankbar, einen solchen Menschen in unserer Mitte zu haben. [**Susanne Rösch, Porto**]

Lachende Augen und ein freundliches Gesicht

Es gibt Menschen, die machen mir Mut für mein eigenes Alterwerden, eine Mitbegründerin aus der DEKA Algarve ist eine davon. Wenn ich Sie ansehe, blicke ich in lachende Augen und ein freundliches Gesicht. In Gesprächen erlebe ich sie als differenzierte und blitzschnelle Frau im Geist, die wach und offen ist gegenüber Menschen, Gottesdiensten und dem Leben. Sie bezieht Position, argumentiert begründet und lässt sich in Konflikten nicht einfach auf eine Seite ziehen. Ihre Freundlichkeit verliert sie bei alledem nicht. So wäre ich gern mit neunzig.

Sie lachte, als ich ihr meine Gedanken über sie erzählte und schränkte ein: na ja, mein Geist lässt mich manchmal auch schon im Stich und so gut sehen wie früher kann ich auch nicht mehr. Ich weiß nicht, ob mein Argument sie überzeugte, dass ich froh wäre, wenn ich mit über neunzig Jahren so fit und so gut drauf wäre wie sie. Auf jeden Fall stimmte sie zu, dass ich hier über sie schreiben darf, aber ohne ihren Namen zu nennen und ein Foto. Und lachte mich dabei an.

[**Ulrich Krause-Röhrs, Algarve**]

Mein Vorbild für mein eigenes Altwerden: Sieglin- de Böller (90)



Der erste Eindruck, wenn man Sieglinde begegnet: diese Frau kann lächeln. Freundlich, verständnisvoll, zärtlich, verschmitzt. Ihre aufrechte Haltung, ihre elegant-lässige Kleidung, und vor allem ihre Herzlichkeit, so möchte ich in 25

Jahren auch gern auftreten! Viel zu erzählen gibt es aus ihrem langen Leben, aber eines scheint mir besonders wichtig: Sieglinde liest. Sie liest gern, sie liest viel, und sie liest seit ihrer Jugend. Als junge Frau half sie der Mutter tagelang auf deren Tankstelle aus. Während sie auf den nächsten Kunden wartete, las sie. Daran hat sich nichts geändert: Wenn sie bei den vielen Flügen zwischen München und Madeira schon einmal stundenlang warten musste: „Das macht mir nichts. Wenn ich ein gutes Buch habe, dann kannst du mich überall hinsetzen.“ Die Belesenheit erlebt man im Gespräch mit ihr. Im Gesprächskreis verblüffte sie die Teilnehmer ab und an mit ihrem Wissen über Religionen aus dem asiatischen Raum. Für größere Gruppen zu kochen, das ist nicht ihr Ding. Sie behauptet, das nicht zu können – vielleicht will sie es auch gar nicht? Sieglinde ist eine selbstbewusste Frau, dabei stets bereit, zu geben, zuzuhören, zu lächeln. [**Stefanie Seimetz, Madeira**]

Optimismus und unerschütterlicher Wille

Mein großes Vorbild im Altwerden ist meine Tante, die inzwischen 94 Jahre alt und immer noch geistig und körperlich rüstig ist.

Sie wurde 1931 geboren und hat in den ersten Lebensjahren den 2. Weltkrieg erleben müssen, in welchem ihr Bruder, den sie über alles geliebt hat, mit nur 17 Jahren zum Wehrdienst eingezogen wurde. Sie hat all diese schweren Jahre mit großem Optimismus und einem unerschütterlichen Willen überstanden. Auch hat ihr der Sport, den sie schon zu dieser Zeit gerne ausgeübt hat, geholfen, die Traumata des Krieges zu überwinden. So ist sie mit 10 Jahren schon Ski gelaufen und hat olympische Sportgymnastik betrieben.

1959, mit 28 Jahren, ist sie mit ihrer Familie nach Brasilien ausgewandert, da ihr Mann nach Einführung der Wehrpflicht nicht in Deutschland bleiben wollte. Dort hat sie sich ein neues Leben aufgebaut, was während der Militärdiktatur in Brasilien auch kein leichtes Unterfangen war. Sie hat 3 Kinder geboren und diesen eine gute Ausbildung zukommen lassen. Auch persönliche Rückschläge, wie der Tod ihres ältesten Sohnes und der Tod ihres Ehemannes, haben sie nicht aus der Bahn geworfen. Als ihr Mann 2001 gestorben ist, hat sie die nächsten 24 Jahre die Geschicke der Familie allein managen müssen und dies mit viel Elan und Courage gemacht. Insgesamt verbrachte Sie 64 Jahre in Brasilien, bevor Sie mit 88 Jahren zurück nach Europa zu ihrer Tochter an die Algarve gezogen ist.

Sie hat nie an Work-Life-Balance gedacht, sondern das gemacht, was notwendig und im Sinne der Familie war. Geistige und körperliche Fitness sowie der Mut, Dinge anzupacken und zu verändern, haben sie jung gehalten. Für mich ist sie das große Vorbild nicht nur im Altwerden, sondern auch in der Gewissheit, dass man das Leben aktiv gestalten muss, um auch im Alter noch rüstig und fit zu bleiben. Sport nur auf dem Sofa zu betreiben, war für

sie und ist auch für mich keine Option. Aber auch zu versuchen, sich gegenüber neuen Entwicklungen und Techniken (sie nutzt Smartphone und Computer) aufgeschlossen zu zeigen, mit der Jugend mitzugehen und sie zu verstehen, hält sie geistig fit. In meinem Umfeld kann ich feststellen, dass dies eine wichtige Voraussetzung dafür ist, um auch im Alter noch aktiv am Leben teilnehmen zu können, Kontakte zu pflegen und geistig up to date zu bleiben. Und nicht alles Neue abzulehnen („das haben wir schon immer so gemacht“, „das ist doch alles neumodischer Kram“) und sich nicht weiterzuentwickeln.

Alles in Allem wünsche ich mir, im Alter, das ja schon begonnen hat, genau so fit wie meine Tante zu bleiben (ich muss ja nicht unbedingt 94 werden), und bis zum Lebensende aktiv am Leben meines Bekanntenkreises und vor allem an dem meiner Familie teilhaben zu können. [**Cornel Gass, Porto**]

Mit Frohsinn und Gottvertrauen durchs Leben – Waltraut Pedro aus Lissabon



In unseren Gemeinden gibt es viele Vorbilder im Altwerden, mit den Geschichten und Bildern könnten wir einen ganzen Boten füllen. Ein besonders großes Vorbild aus unserer Gemeinde in Lissabon ist für mich Waltraut Pedro, die in diesem Jahr im Alter von 90 Jahren gestorben ist.

Waltraut Pedro hatte immer das Positive im Blick – und sie war so dankbar. Es gab keinen Gottesdienst, an dem sie mir nicht am Ausgang sagte: Es war einfach wunderschön – wie immer. Wenn sie gefragt wurde, wie es sie nach Portugal verschlagen hatte, sagte sie immer: Der liebe Gott hat mich an die Hand genommen und mich an das Ende von Europa geführt. Hinter sich zurückgelassen hat sie einiges, was belastend war, in Portugal hat sie sich „freigeschwommen“ und dann auch noch ihre große Liebe gefunden. So ist sie hier geblieben. In dem großen Vertrauen, von Gottes Hand geführt zu sein. Waltraut hatte so viel Liebe in sich. Die Familie war das Wichtigste; auch nachdem die Kinder längst erwachsen waren, fühlte sie sich für deren Wohlergehen verantwortlich und umsorgte sie. Die Enkel selbstverständlich auch. Und das bekam sie zurück. Als es ihr ganz am Ende nicht mehr so gut ging und sie auf Hilfe angewiesen war, wurde sie von ihrer Familie liebevoll umsorgt.

So möchte ich auch alt werden: fröhlich und dankbar, immer das Positive im Blick und mit Gottvertrauen. Ich bin überzeugt, dass dann auch der Schritt über die letzte Schwelle leicht wird, so wie ich es bei Waltraut beobachtet habe: Wenn man weiß, wohin man geht – nämlich dorthin, wo man zuhause ist: zu Gott. [**Christina Gelhaar, Lissabon**]



MEIN WICHTIGSTER UND SCHÖNSTER BERUF:

GROSSMUTTER

Mein Name ist Hildegard und ich wohne seit 1966 in Portugal am westlichsten Punkt Europas, da, wo das Land aufhört und das Meer beginnt (Luís de Camões). Heute darf ich ein paar Worte zu meinem Lieblingsthema beitragen: meine Enkelkinder. Und da Papier geduldig ist, kann ich jegliche Kritik verwerfen die da heißt: das kennen wir schon, bitte nicht schon wieder. Na und? Für mich sind sie die schönsten Geschichten. Ich habe drei Kinder, meine Söhne haben mir je drei Enkelkinder geschenkt, jeweils zwei Söhne und ein Mädchen, und meine Tochter zwei Söhne: also acht Enkelkinder, sechs Jungen und zwei Mädchen. Sie alle sind mein Schatzkästchen, mein Tesouro, wie der Portugiese sagt. Der Älteste, Baltasar 1994 geboren in Lissabon, da war ich 50 Jahre alt. Welch ein Glücksmoment in meinem Leben als ich den kleinen Mann in meinen Armen halten durfte. Welche Freude, welche Dankbarkeit. Was habe ich dem kleinen Etwas alles versprochen, zugeflüstert. Ja, dieses Wunder in klein und doch so vollkommen mit den winzigen Händchen und Füßchen. Was habe ich getan, dass Gott mir dieses Geschenk gegeben hat? Mir diese neue Aufgabe gestellt hat? Ja, ich durfte mithelfen, miterziehen, mitarbeiten auf meine Art: alles was ich an Liebe zu geben habe, habe

ich in ihn und später in die restlichen sieben gesteckt. Als nächstes purzelten Martin 1995 und Thomas 1997, die zwei Söhne meines ältesten Sohnes Kai, in mein Leben. Wieder Glücksmomente im Hospital particular, Familienfeiern und Taufen, Freude bei allen und die Oma glücklich, ich durfte dabei sein und teilhaben am Familienglück.

Dann der erste Sohn von Bork: Wilhelm 2000, ich war gerade zur Kirchentagung in Malaga, trotz ETA-Anschlag in Madrid versuchte ich noch am selben Tag nach Lissabon zu reisen, wo ich mit Herzklopfen und zitternden Knien ankam und den kleinen Mann im Kreis seiner Lieben begrüßen durfte.

Bei Oma stand immer die Tür offen für die Enkel, wir bauten im Sandkasten und später sogar ein Baumhaus mit kleinem Wohnzimmer, ein Refugium für meine Rasselbande. Geschlafen wurde im Zelt, die Oma und die Hunde mit dabei wie bei den Indianern. Angst hatten wir nicht, aber mein Kreuz drückt mich heute noch manchmal.

Als sie noch im Kleinkindalter waren, reisten wir gern und oft nach Ingolstadt zu den Urgroßeltern, die mehr als stolz auf die Kleinen waren. Zuhause wurde nur Deutsch gesprochen, die Sprache, die alle fließend beherrschten und später einflussreich war auf den beruflichen Werdegang.

Ich bin und nehme weiterhin meine Rolle als Großmutter sehr ernst. Gott hat mir diese Kinder mit in die Verantwortung gegeben, und meine Aufgabe ist es vor allem, ihnen meine unbedingte Liebe zu übermitteln. Wenn ich in ihre Augen schaue, bin ich glücklich über dieses Vertrauen, diese Dankbarkeit, dieses heimelige Gefühl, diesen Schutz nach außen und das Wissen der Geborgenheit, wie die kleinen Vögel im Nest.

Charlotte kam 2002, die Tochter von Bork, und Francisca 2008, die Tochter von Kai. Die vier großen Jungen kamen einer nach dem anderen in die deutsche Schule, und das vierblättrige Kleeblatt, die Juseksjungen, waren auch im Lehrerzimmer bekannt.

Omas Haus und Garten in Praia waren und sind das Refugium der Kinder. Vor allem hatte Oma etwas, was die Eltern nicht hatten: Zeit. Gemeinsam wurde gegessen, jede Woche durfte einer sein Lieblingssessen aussuchen: Pfannekuchen, Hühnerfrikassee, Klopse, Kartoffelsalat, Wachteln, selbstgemachte Marmelade usw.

Wenn die Hausaufgaben erledigt waren, wurde Canasta gespielt (können sie heute noch). Bei Winterregenwetter ging es mit Friesennerz und Gummistiefeln in die Pilze von Praia bis Janas. Fußball war zu jeder Jahreszeit in, da der Torwart fehlte, musste Oma Ersatzmann sein, was Thomas nicht toll fand. Er monierte: Oma, guck mal den Ulli Kahn, der wirft sich dem Ball entgegen, das musst du lernen... Etwas schwierig für eine nicht mehr ganz junge Dame.

Zur Weihnachtsvorbereitung: Adventskranz, Basar, Weihnachtsbaum, Krippenspiel – alles besorgte Oma mit den Kindern, alles hatte wie jedes Jahr seine Zeit und seine Ordnung: Oma dirigierte.

Dann der wichtigste Tag des Jahres: Heiligabend. Alles ist vorbereitet, Oma kochte mit den Kindern die traditionelle Gänsesuppe. Kirche mit Krippenspiel, die Jungen sind wie alle Jahre entweder Wirte oder Hirten, die Mädels Engelein. Und Oma weint wie jedes Jahr. Es wird gesungen, Gedichte aufgesagt, Geschenke verteilt, und ich danke meinem Herrgott für alles, was er für die Kinder und für mich getan hat.

Das traurigste Weihnachten kam mit der Pandemie: kein Krippenspiel in der Kirche für uns. Ratlosigkeit bei mir und den Kindern: was nun? Wilhelm fand die Lösung: die Kinder erdichteten ihr eigenes Krippenspiel und führten es Heiligabend auf als Überraschung. Das war und ist mein schönstes Weihnachtsgeschenk.

Nicht vergessen habe ich die beiden Nachzügler: Antonio 2012 von Siegrun und Luis und 2017 Bernardo von Bork und Marcia. Beides aufgeweckte fröhliche Menschenkinder, die den Mittwoch mit und bei der Oma nicht missen wollen, also weiter Deutschlernen, Canasta spielen, Marmelade kochen usw.

Die Großen sind gestandene Männer geworden, die Mädels hübsche junge Damen, sie fliegen um die Welt, erobern für sie unbekannte Welten. Aber irgendwo am Praia Grande wohnt die Oma und wartet auf ihren Tesouro. Und wenn sie ruft, kommen alle ihre acht Enkelkinder zu Hamburger, Hühnerfrikassee, Kaffee und Kuchen so wie früher. Ich weiß es und bin unendlich dankbar, dass in meinem kleinen oder ganz großen Herz jeder von ihnen seinen Winkel hat, Gott sei Dank! Dieses große Geschenk pflege und bewahre ich, so lange die Kräfte reichen.

[Hildegard Margret Jusek]



VERGLEICHE SIND NIE GANZ EINFACH, DOCH ICH WAGE MICH AN DAS THEMA RAN UND BIN GESPANNT AUF REAKTIONEN VON LESERINNEN UND LESERN. WELCHE UNTERSCHIEDE GIBT ES BEIM ÄLTERWERDEN IN PORTUGAL UND IN DEUTSCHLAND?

Familie. In Portugal spielt die Familie eine zentrale Rolle – auch im Alter. Oft sind mehrere Generationen eng verbunden: Großeltern begleiten die Enkel im Alltag, gemeinsame Essen am Wochenende gehören zum Programm. Das liegt sicher auch daran, dass die Entfernungen in Portugal kleiner sind. In Porto gibt es z.B. wenig Gründe für junge Leute wegzuziehen – auf dem Land sieht das Szenario wieder ganz anders aus.

Leben und Wohnen. In Portugal leben deutlich weniger Menschen über 65 Jahren allein in einem Haushalt als in Deutschland, wo rund 35 % dieser Altersgruppe alleine wohnen. Die deutsche Gesellschaft ist stark auf Selbstständigkeit ausgerichtet, was einerseits Freiheit schenkt, andererseits aber auch Einsamkeit bedeuten kann. Seniorenresidenzen sind dort weit verbreitet, Familienangehörige wohnen oft weit voneinander entfernt.

Arbeiten im Alter. Viele portugiesische Rentner müssen weiterarbeiten, denn die Renten sind zu niedrig: rund die Hälfte erhält unter 500€ im Monat. Aber auch in Deutschland hat sich die Zahl der erwerbstätigen Rentner in den letzten zwanzig Jahren vervierfacht, aktuell noch begünstigt durch das ‚Flexirentengesetz‘, das Arbeiten neben der Rente ermöglicht.

Gesundheit. „Wer Geld hat, kann in Portugal gut alt werden“, sagte mir eine Bekannte. Tatsächlich sind Dienstleistungen von Privatärzten oder Pflegern – verglichen mit Nordeuropa – noch verfügbar und eher bezahlbar. Doch wer auf das öffentliche Gesundheitssystem angewiesen ist, muss hohe Medikamentenkosten alleine tragen sowie lange Wartezeiten im öffentlichen Gesundheitssystem in Kauf nehmen.

„Das lohnt nicht mehr.“ Bei der Recherche zum Thema Älterwerden habe ich einen neuen Ausdruck gelernt: Ageismus. Der Begriff bezeichnet die Benachteiligung von Menschen aufgrund ihres Alters und ist ein europaweites Thema. Die Psychologin Maria João Quintela bringt es auf den Punkt: „In einer Umgebung alt zu werden, die einen als Last, Bürde oder als soziale Kosten betrachtet, ist nicht dasselbe wie in einer Gesellschaft zu leben, die Menschen jeden Alters als nützlich und wertvoll betrachtet ...“ (Maria João Quintela, Vorsitzende APP Portugiesische Vereinigung für Psychogerontologie, www.app.com.pt)

Aussagen wie „Das ist halt so“ und „Das lohnt nicht mehr“ begegnen uns leider noch häufig. Umso schöner, dass wir in unseren Gemeinden viele aktive Seniorinnen und Senioren haben, die zeigen: Aktiv sein kennt kein Alter. [Tanja Mutert Barros, Porto]

Foto von Detlef Jann vom Sommerfest 2025 in Porto

Gute Erfahrungen sammeln

VOM SINN DES
LEBENSRÜCKBLICKS



Ende Mai erschien im ZEIT-Magazin Nr. 23 ein Interview mit der Psychoanalytikerin Verena Kast (82), die über das Altwerden geforscht hat. Um im letzten Lebensabschnitt nicht mürrisch zu werden, empfiehlt sie, gute Erfahrungen zu sammeln und rechtzeitig damit zu beginnen, diese aufzuschreiben. Daraus ergebe sich schließlich ein Blick auf das ganze Leben mit seinen Höhen und Tiefen und aller Vielfalt. Wenn man anderen davon erzähle, verbessere sich auch das eigene Wohlbefinden.

Beim Lesen dieses Interviews wurde ich an viele Trauerfeiern in Herrnhuter Brüdergemeinen erin-

nert. Die Mitglieder dieser kleinen evangelischen Kirche sind angehalten, rechtzeitig einen geistlichen Lebenslauf zu verfassen und „von ihrem Gang durch die Zeit“ zu berichten. Die meisten beginnen mit dem Schreiben kurz vor oder kurz nach dem Eintritt in den Ruhestand und reflektieren auf diese Weise ihr Leben. Sie beschreiben, wie sie zu dieser einmaligen Persönlichkeit geworden sind. Der Lebenslauf wird beim Begräbnis verlesen, so dass auch da die verstorbene Person noch einmal zu Wort kommt.

In den Jahren, die ich in Herrnhut gelebt habe, war ich immer wieder beeindruckt, wie realitätsnah und reflektiert die meisten Lebensläufe verfasst waren – und dass sie sich oft durch Heiterkeit und Dankbarkeit auszeichneten, obgleich die Verstorbenen schwere Schicksale zu bewältigen hatten, wie beispielsweise Krieg, Vertreibung, Verluste oder Freiheitsbeschränkungen und Benachteiligungen in der DDR. In der reflektierten Rückschau lag der Fokus häufig darauf, diese Schwierigkeiten mit Gottes und der Menschen Hilfe bewältigt zu haben, und war geprägt von Dankbarkeit. Man spürte den Texten ab, dass ihr Entstehungsprozess für die Verfasser ein heilsamer war. Beim Verlesen ging diese heitere Dankbarkeit oft auch auf die Trauergemeinde über.

Diese Erfahrungen geben Verena Kast recht: Dankbares Erinnern beugt Unzufriedenheit und mürrischen Stimmungen vor. **[Volker Krolzik, Porto]**



NICHT FENSTERLN, SONDERN AUS DEM EIGENEN FENSTER STEIGEN

Als Christina Gelhaar mich fragte, ob ich zu dem Thema Altwerden eine „Literarische Kostprobe“ schreiben könnte, ist mir gleich einiges in den Sinn gekommen, auch ein bestimmtes Buch und dieses war interessanterweise das gleiche Buch, welches Christina in den Sinn kam: **Jonas Jonasson: Der Hundertjährige, der aus dem Fenster stieg und verschwand.**

Ich möchte dieses Buch etwas in eine persönliche Geschichte einordnen.

Das Thema Altern ist in meinem Leben stets sehr präsent gewesen. Meine Großeltern väterlicherseits hatten eine zentrale Rolle in unserer Familie und zeitweise habe ich als Kind auch bei ihnen gelebt und meinen Großvater mit gepflegt.

Als mein Großvater starb, war meine Großmutter 78 und sie hatte dann ein paar Jahre, in denen sie auflebte, mit neuem Schwung durchs Leben ging und viele Dinge machte, die sie vorher nicht mehr machen konnte.

Acht Jahre später ist auch sie verstorben und mein Vater ist in sein altes Elternhaus gezogen.

Auf dem Grundstück hat dann seine langjährige Freundin, meine „zweite“ Mutter, ein kleines Haus für sich gebaut und ist dann mit ihrer eigenen Mutter, damals 89 Jahre alt, von Münster nach Hamburg gezogen.

„Alte Bäume verpflanzt man nicht“, so heißt es, und die 89-Jährige wollte auch nicht so richtig, aber sie ist dann mit umgezogen. Und auch ihr Leben hat einen neuen Schwung bekommen, es wurde interessanter, viel bunter, was viel mit der Arbeit meines Vaters zu tun hatte. Wir hatten immer ein internationales, soziales Haus mit Besuch unterschiedlichster Nationalitäten aus verschiedensten Kulturen.

Sie ist dann mit 100 Jahren zuhause, auf unserem Grundstück, gestorben und nun kommen wir also in Richtung der Buchvorstellung.

Die Lehre aus der Geschichte ist, dass es möglich ist, in seinem Leben andere Wege zu gehen, sei man 78, 89 oder 100 Jahre alt.

Die Bücher von Jonas Jonasson beschreiben genau dies, auf eine skurrile Art, amüsant, etwas verrückt, ganz bewusst am Rand des Absurden balancierend.

Die Geschichten sind etwas überspitzt, natürlich nicht 100% zum Nachahmen geeignet, aber genau darum

stoßen sie etwas im Leser an, können sie zum Nachdenken bewegen und dazu bringen, einfach mal „aus dem Fenster zu steigen“.

Gerade dieses Bild passt wunderbar zu Portugal. Mich hat es fasziniert, als ich nach Lissabon kam, so viele ältere Leute am offenen Fenster ihrer Wohnung zu sehen, mit einem Kissen auf dem Fensterrahmen, mit ihren Armen darauf gestützt und sich so aus dem Fenster heraus zu unterhalten.

Und was, wenn sie aus dem Fenster steigen würden? In dem Roman steigt der Protagonist an seinem hundertsten Geburtstag aus dem Fenster und verschwindet. Dramaturgisch rasant, aber eine Lebensveränderung muss natürlich nicht an einem runden Geburtstag geschehen und auch das Verschwinden muss nicht unbedingt sein. Im Roman gibt es der Geschichte allerdings eine besondere Würze.

Die Bücher von Jonas Jonasson, die ich kenne, sind alle in einem ähnlichen Stil geschrieben, skurril, mit einer gewissen Leichtigkeit, aber mit Tiefgang. Und es kommen genau genommen immer wieder neue und überraschende Charaktere „auf die Bühne bzw. in das Buch“, wie „Die Analphabetin, die rechnen konnte“ (2013), oder wie in „Mörder Anders und seine Freunde nebst dem einen oder anderen Feind“ (2017) – ein Mörder, der mit Gott spricht und eine Pfarrerin, die mit Gott hadert, oder es treten Kim Jong-un, Trump und Merkel in „Der Hundertjährige, der zurückkam, um die Welt zu retten“ (2018) auf.

Ich habe Jonas Jonasson auf der Buchmesse in Frankfurt kennengelernt. Es war ein unterhaltsames, sehr angenehmes Kennenlernen.

Wer die Romane von ihm nicht kennt und etwas vom Autor kennenlernen möchte, dem lege ich den Roman „Der Hundertjährige, der aus dem Fenster stieg und verschwand“ (Originalausgabe 2009, Deutsche Ausgabe 2011) nahe.

2016 sagte Jonas Jonasson in einem Interview mit dem Deutschlandfunk: „Man sollte im Leben mindestens zweimal aus seinem eigenen Fenster klettern.“

Aber: Bitte darauf achten, dass das Fenster nicht in einem oberen Stockwerk liegt – und es muss nicht gewartet werden, bis das hundertste Lebensjahr erreicht ist. **[Gunnar Weiß]**

Jonas Jonasson, Der Hundertjährige, der aus dem Fenster stieg und verschwand, ISBN 978-3-328-10236-6, Penguin Verlag München



GUNNAR WEISS
Unipessoal Lda.

Distribuição e Edição de Livros

2a-feira a 6a-feira das 8h-17h; 1º sábado 10h-13h

Livraria - Rua Professor Vitor Fontes, Nº15 A

1600-670 Lisboa • PORTUGAL

Tel.: +351 216 090 112 | Mobile: +351 930 438 667

kulturalivro@gunnar-weiss.pt | www.gunnar-weiss.pt





	LISSABON	PORTO	ALGARVE	MADEIRA
	Jeden Sonntag um 11 Uhr in der Martin-Luther-Kirche, parallel dazu Kindergottesdienst	Jeden 2. und 4. Sonntag im Monat um 10.30 Uhr im Haus der Begegnung (außer Juli/August)	Jeden Sonntag um 11 Uhr in der Capela de Nossa Senhora da Encarnação in Carvoeiro	In der Regel an zwei Sonntagen im Monat um 16 Uhr in der Igreja Presbiteriana
So, 31. August 11. So. n. Trinitatis	Gottesdienst			Sommerpause - Gottesdienste nach Vereinbarung
So, 7. September 12. So. n. Trinitatis	Gottesdienst mit Abendmahl		Gottesdienst mit Chor (Thekla Röhrs)	
So., 14. September 13. So. n. Trinitatis	Begrüßungs- Gottesdienst 	Gottesdienst mit Abendmahl	Gottesdienst mit Abendmahl (Ulrich Krause-Röhrs)	
So, 21. September 14. So. n. Trinitatis	Gottesdienst		Gottesdienst (Thekla Röhrs)	
So, 28. September 15. So. n. Trinitatis	Gottesdienst	Gottesdienst mit Abendmahl	Gottesdienst (Ulrich Krause-Röhrs)	
So, 5. Oktober Erntedank	Gottesdienst		Erntedankfest mit Chor (Thekla Röhrs u. Ulrich Krause-Röhrs)	Gottesdienst
So, 12. Oktober 17. So. n. Trinitatis	Gottesdienst	Gottesdienst mit Abendmahl (Gemeindetagung)	<i>(entfällt wg. Gemeindetagung in Porto)</i>	
So, 19. Oktober 18. So. n. Trinitatis	Gottesdienst mit ABLA-Bläsern 		Gottesdienst mit Abendmahl (Ulrich Krause-Röhrs)	
So, 26. Oktober 19. So. n. Trinitatis	Gottesdienst	Gottesdienst mit Abendmahl	Gottesdienst (Ulrich Krause-Röhrs)	Gottesdienst
Fr, 31. Oktober Reformationstag	Andacht			
So, 2. November 20. So. n. Trinitatis	Kantatengottesdienst zum Reformationstag mit Abendmahl		Gottesdienst zum Reformationstag (Thekla Röhrs)	
So, 9. November Drittletzter So.	Gottesdienst	Gottesdienst mit Abendmahl	Gottesdienst (Ulrich Krause-Röhrs)	Gottesdienst
So, 16. November Vorletzter So.	Ök. Gottesdienst in der Kath. Kirche! 		Volkstrauertag Gedenkfeier in Aljezur (kein Gottesdienst)	
So, 23. November Ewigkeitssonntag	Gottesdienst mit Totengedenken und Abendmahl	Gottesdienst mit Totengedenken	Gottesdienst mit Abendmahl (Thekla Röhrs)	Gottesdienst
So, 30. November 1. Advent	Basar an der DSL! (Kein Gottesdienst!) 		Gottesdienst zum 1. Advent (Ulrich Krause-Röhrs)	



Ca. einmal im Monat stellt die Bartholomäusbrüderschaft einen Fahrdienst zum Gottesdienst in der evangelischen und katholischen Kirche in Lissabon an der Linha de Cascais bereit. Wer diesen Fahrdienst gerne nutzen möchte, meldet sich bitte bis zum Donnerstag vor dem jeweiligen Gottesdienst bei Frau da Câmara an (Tel: 914 429 370).

Hinweis: Die Angaben auf dem Gottesdienstplan können sich evtl. noch ändern. Bitte beachten Sie in jedem Fall die aktuellen Hinweise der Gemeinden auf der jeweiligen Homepage: www.dekl.org (Lissabon), <https://dekporto.blogspot.com/> (Porto), www.deka-algarve.com (Algarve), www.dekmadeira.de (Madeira), sowie weitere Informationskanäle der Gemeinden wie Newsletter, Instagram oder die WhatsApp-Nachrichten-Gruppe.

LISSABON

Achtung: Bitte beachten Sie kurzfristige Terminänderungen und weitere Angebote auf unserer Webseite unter www.dekl.org sowie auf unserem Instagram-Account [dekl_lissabon](https://www.instagram.com/dekl_lissabon). Aktuelle Informationen erhalten Sie auch in unserem Newsletter oder in der DEKL-WhatsApp-Gruppe. Senden Sie uns eine Mail an info@dekl.org, wenn Sie diesen Dienst beziehen möchten.

REGELMÄSSIGE TERMINE

Gottesdienst

Jeden Sonntag um 11 Uhr in der Martin-Luther-Kirche.

Kindergottesdienst

Jeden Sonntag um 11 Uhr. Beginn in der Kirche mit den Großen, dann *nur für Kinder* im Gemeindehaus. Nach dem Gottesdienst treffen sich Kinder und Erwachsene beim Kirchencafé wieder.

Chor Jubilis

Proben immer mittwochs, 19-20.30 Uhr in der Kirche oder im Gemeindehaus (außer Ferien/Feiertage). Sangeswillige sind stets willkommen und können gerne dazukommen!

TeaTime

In der Regel am zweiten Dienstag im Monat um 15 Uhr in der ABLA in Carcavelos. Netter Austausch bei Tee, Kaffee und Kuchen. Mitfahrgelegenheiten von der Linha de Cascais (bitte im Vorfeld bei Frau da Câmara anmelden, Tel: 914 429 370) und von der DEKL aus. Nächster Termin: Dienstag, 9. September.

Frühstückskreis

In der Regel am dritten Dienstag im Monat, 10.30-12.30 Uhr, im Gemeindehaus. Nächster Termin: Dienstag, 16. September.

Kaffeekränzchen

In der Regel am vierten Dienstag im Monat um 15 Uhr im Gemeindehaus. Gemütliches Beisammensein bei selbst gebackenem Kuchen mit der Freiwilligen Emily. Nächster Termin: Dienstag, 23. September.

Bibelteilen

In der Regel am ersten Dienstag im Monat um 20 Uhr online. Aktuell sprechen wir über unsere Herzenstexte. Nächster Termin: Dienstag, 2. September.

Literaturkreis

Einmal im Monat an einem Donnerstagabend um 19 Uhr im Gemeindehaus. Wer Interesse hat, kann sich gerne mit Nicolaus Dmoch (ndmoch@dmoch.biz oder 968 206 431) in Verbindung setzen. Nächster Termin: Donnerstag, 11. September.

Taizé-Gebet

Ab sofort schließen wir uns dem Taizé-Gebet in der Igreja São Nicolão in der Baixa an, das freitags um 20 Uhr stattfindet. Wir treffen uns in der Regel am dritten Freitag im Monat um 19.30 Uhr zur gemeinsamen Abfahrt mit der Metro an der DEKL. Nächster Termin: ausnahmsweise 5. September.

THE CHOSEN

An einem Freitagabend im Monat. Unser Angebot für Jugendliche nach der Konfirmation und junge Erwachsene erfindet sich neu! Wir treffen uns am Freitag, den 12. September um 19 Uhr und bereiten gemeinsam eine Mahlzeit zu und besprechen beim Essen, was wir in Zukunft wann und wie machen wollen.

VERANSTALTUNGEN

Di, 2.9.2025 20 Uhr Bibelteilen online: Unsere Herzenstexte

Fr, 5.9.2025 20 Uhr Taizé-Gebet in der Igreja São Nicolão in der Baixa, Treffpunkt um 19.30 Uhr an der DEKL oder um 20

Uhr direkt in der Kirche (ausnahmsweise am 1. Freitag im Monat!)

Di, 9.9.2025 15 Uhr TeaTime in der ABLA in Carcavelos, mit Fahrdienst

Di, 9.9.2025 18.30 Uhr GKR-Sitzung im Gemeindehaus

Do, 11.9.2025 19 Uhr Literaturkreis im Gemeindehaus. Wer Interesse hat, kann sich gerne mit Nicolaus Dmoch (ndmoch@dmoch.biz oder 968 206 431) in Verbindung setzen.

Fr, 12.9.2025 19 Uhr THE CHOSEN für Jugendliche und junge Erwachsene – Wie geht es weiter? Wir kochen gemeinsam und besprechen, was wir wann und wie in Zukunft machen wollen.

Sa, 13.9.2025 15 Uhr Konfi-Tag: Von der Vergangenheit in die Zukunft

So, 14.9.2025 11 Uhr Begrüßungsgottesdienst für die neuen Konfis sowie für Neuzugezogene, anschließend Sekttempfang und Info-Treffen für die neuen Konfi-Familien

Di, 16.9.2025 10.30 Uhr Frühstückskreis im Gemeindehaus: Interessantes und Skurriles über das Papsttum

Di, 23.9.2025 15 Uhr Kaffeekränzchen im Gemeindehaus

Sa, 4.10.2025 15 Uhr Konfi-Tag: Was geht denn hier ab? Und mit wem?

So., 5.10.2025 11 Uhr Familiengottesdienst zu Erntedank

Di, 7.10.2025 20 Uhr Bibelteilen online: Unsere Herzenstexte

10.-12.10.2025 Gemeindetagung in Porto: Klostererleben (s. S. 18)

Di, 14.10.2025 15 Uhr TeaTime in der ABLA in Carcavelos, mit Fahrdienst

Di, 14.10.2025 18.30 Uhr GKR-Sitzung im Gemeindehaus

Fr, 17.10.2025 20 Uhr Taizé-Gebet in der Igreja São Nicolão in der Baixa, Treffpunkt um 19.30 Uhr an der DEKL oder um 20 Uhr direkt in der Kirche

Di, 21.10.2025 10.30 Uhr Frühstückskreis im Gemeindehaus: Soli Deo Gloria – Johann Sebastian Bach

Di, 28.10.2025 15 Uhr Kaffeekränzchen im Gemeindehaus

So, 2.11.2025 11 Uhr Gottesdienst zum Reformationsgedenken mit Kantate

Di, 4.11.2025 20 Uhr Bibelteilen online: Unsere Herzenstexte

Sa, 8.11.2025 15 Uhr Konfi-Tag: Ganz neu anfangen

Di, 11.11.2025 15 Uhr TeaTime in der ABLA in Carcavelos, mit Fahrdienst

Di, 11.11.2025 18.30 Uhr GKR-Sitzung im Gemeindehaus

So, 19.11.2025 10.30 Uhr Volkstrauertagsgedenken auf dem Deutschen Friedhof

11 Uhr Ökumenischer Gottesdienst in der katholischen Kirche

Di, 18.11.2025 10.30 Uhr Frühstückskreis im Gemeindehaus

Fr, 21.11.2025 20 Uhr Taizé-Gebet in der Igreja São Nicolão in der Baixa, Treffpunkt um 19.30 Uhr an der DEKL oder um 20 Uhr direkt in der Kirche

So., 23.11.2025 11 Uhr Gottesdienst zum Ewigkeitssonntag mit Gedenken an die Verstorbenen und Abendmahl

Di, 25.11.2025 15 Uhr Kaffeekränzchen im Gemeindehaus

So., 30.11.2025 11 Uhr Ökumenischer Adventsbasar auf dem Gelände der DSL (s. auch S. 22 und 27)

PORTO

Gottesdienste

In der Regel am 2. und am 4. Sonntag im Monat um 10.30 Uhr im Haus der Begegnung.

Frauen-Bibel-Kreis

In der Regel zwei Mal im Monat an einem Dienstagnachmittag um 14.30 Uhr im Gemeindezentrum.

Termine: 16.9., 30.9., 14.10., 28.10., 11.11., 25.11.2025

Veranstaltungen

(Termine unter Vorbehalt)

So, 14.9.2025 10.30 Uhr Erster Gottesdienst nach der Sommerpause; Begrüßung unseres neuen Pfarrers Volker Krolzik und seiner Frau Angelika Doliv, anschließend Kirchenkaffee

Di, 16.9.2025 14.30 Uhr Frauen-Bibel-Kreis mit Kaffeetrinken

So, 28.9.2025 10.30 Uhr Gottesdienst und Abendmahl mit Pfarrer Volker Krolzik, anschließend gemeinsames Mittagessen (bitte anmelden bis zum Dienstag davor)

Di, 30.9.2025 14.30 Uhr Frauen-Bibel-Kreis mit Kaffeetrinken

10-12.10.2025 Gemeindetagung zum Thema „Kloster-Er-Leben“

Tagung der vier Deutschen Ev. Gemeinden in Portugal auf Einladung der DEKP

Unser Referent Nuno Mimosa - deutschsprachiger Musikwissenschaftler, Kirchenmusiker und Organist - wird uns auf eine spannende Reise in die Vergangenheit mitnehmen, in die faszinierende Welt der Klöster.

Weitere Infos und Programm s. S. 18.

Di, 14.10.2025 14.30 Uhr Frauen-Bibel-Kreis mit Kaffeetrinken

Di, 28.10.2025 14.30 Uhr Frauen-Bibel-Kreis mit Kaffeetrinken

Fr, 31.10.2025 15.00 Uhr Andacht zum Reformationstag mit Pfarrer Volker Krolzik, anschließend Kirchenkaffee

Di, 11.11.2025 14.30 Uhr Frauen-Bibel-Kreis mit Kaffeetrinken

So, 23.11.2025 10.30 Uhr Ewigkeits/Totensonntag mit Gedenken an die Verstorbenen, Gottesdienst mit Abendmahl, mit Pfarrer Volker Krolzik, anschließend gemeinsames Mittagessen (bitte anmelden bis zum Dienstag davor)

Di, 25.11.2025 14.30 Uhr Frauen-Bibel-Kreis mit Kaffeetrinken

ALGARVE

Gottesdienste

jeden Sonntag um 11 Uhr (einmal im Monat mit Abendmahl)

Kirchenchor

Do 18:30 – 20:00 Uhr (i.d.R. alle zwei Wochen), Auskunft gibt Chorleiterin Gabriella Seewers, Tel. 282 332 154.

Gesprächskreis

im Pfarrhaus Sesmarias, Lote 84, Carvoeiro (Tel. 960 244 439):

Donnerstag, 16. Oktober

Donnerstag, 13. November

Donnerstag, 11. Dezember

MADEIRA

Gottesdienste

In der Regel an zwei Sonntagen im Monat um 16 Uhr in der Igreja Presbiteriana.

Im September finden Gottesdienste nur nach Vereinbarung statt.

Oktober: 5.10. und 26.10.

November: 9.11. und 23.11.

**GEBURTSTAGE AB 70****SEPTEMBER 2025:**

08. Philippe Staehli, Mem Martins, 74 Jahre
10. Uwe Zelinsky, Regensburg, 87 Jahre
11. Annemarie Renner, Carvoeiro, 75 Jahre
12. Johannes Heick, Cascais, 86 Jahre
19. Bruno Walter Lehmann, Estoril, 75 Jahre
25. Rosi Hoffmeister, Porto, 90 Jahre
28. Claus Capsius, Madeira
30. Beate Zickermann, Maia, 84 Jahre

OKTOBER 2025:

02. Edith Feder Ell, Lissabon, 84 Jahre
09. Harald Köck-Obstfeld, Algarve, 70 Jahre
16. Hildegard Jusek, Praia Grande,

- 81 Jahre
16. Annemarie Webster, Carvoeiro, 79 Jahre
24. Christiane Schickert, Torres Vedras, 82 Jahre
24. Barbara Tecklenburg, Funchal, 87 Jahre
25. Bettina Freifrau von Bethmann, Frankfurt/Main, 83 Jahre

NOVEMBER 2025:

01. Herbert Brehm, Algés, 93 Jahre
02. Monika Diete, Moncarapacho, 73 Jahre
10. Rosa Busse, Herford
11. Elisabeth Grasberger, Colares, 93 Jahre
13. Christa Eisele, Porto, 86 Jahre
14. Lisa Syssele Böhler, Grünwald, 92 Jahre
15. Wolfgang Helfrich, Lissabon, 93 Jahre
15. Dagmar Steinlein Reis, Queluz,

86 Jahre

16. Regine Martens, Breitbrunn/Ammersee
18. Helga Hooch Quadrado, Würzburg, 91 Jahre
21. Irmgard Helene Pedroso, Algés, 89 Jahre
22. Jutta Walther, Alvor, 94 Jahre
27. Anneliese Bock Araújo, Porto, 81 Jahre
27. Henning Knoll, Delmenhorst, 75 Jahre
28. Karin Peitz, Estoril, 84 Jahre

**WIR TRAUERN UM**

22. Dezember 2023 Regine Rau
Martins, 87 Jahre, Lissabon
2. Mai 2025 Walter Hagmann, 86
Jahre, Porto

Bonus-Blick

*Ich freue mich
an Kindern und Enkeln,
ihrem Blick nach vorn,
kein Risiko scheuend –
alles Herausforderung.*

*Den Ruf der neuen Wege im Ohr,
ungeahnte Kräfte wachsen lassen.
Und dann Vogel flieg,
der innere Kompass führt in weites Land.*

*Ihnen milde nachzuschauen,
verleiht meiner Seele Flügel,
lässt mich demütig hoffen
auf Zukünftiges –
löst auch mich von Altem.*

*Ilse Everlien Berardo,
Pfarrerin auf Madeira*

Liebe Gemeindeglieder in Porto, ab September wollen wir gemeinsam mit Ihnen Gottesdienste feiern, Gemeinschaft gestalten, Vertrauen und Hoffnung teilen, Bewährtes wertschätzen und Neues entdecken.

Wir sind Angelika Doliv und Volker Krolzik, verheiratet, und haben vier erwachsene Kinder. Mit unseren unterschiedlichen Kenntnissen, Begabungen und Erfahrungen möchten wir uns in das Gemeindeleben einbringen. Bei Angelika liegen diese eher in den Bereichen Organisation, Administration und Fundraising. Darin hat sie in der Wirtschaft, in Diakonie und Kirche gearbeitet. Mit Freude hat sie sich in den jeweiligen Kirchengemeinden auch ehrenamtlich engagiert – z.B. im Vorstand der Freunde und Förderer des Herrnhuter Kirchensaals.

Volker hat mehr als 40 Jahre in der Diakonie Verantwortung getragen – z.B. als Konviktsmeister des Rauhen Hauses in Hamburg und zuletzt als Pfarrer und Theologischer Vorstand der Stiftung Herrnhuter Diakonie und des Christlichen Hospizes Ostsachsen. Seine Freude an Verkündigung und Seelsorge konnte er dort und in den verschiedenen gemeindlichen und übergemeindlichen Bezügen leben.

U.a. hat er regelmäßig Morgenandachten im MDR-Radio gesprochen. Seit Oktober 2022 ist er im Ruhestand.

Neben der Evangelisch-Lutherischen Kirche gehören wir auch der

Ev. Brüder-Unität Herrnhuter Brüdergemeine an, einer kleinen Kirche, die der EKD angeschlossen ist. Vielen ist sie durch die täglichen Losungen oder die Herrnhuter Sterne bekannt. Gemeinschaft auf Augenhöhe und ökumenische Verbundenheit sind uns wichtig. Und in einer Gemeinde darf die Vielfalt christlicher Spiritualität durchaus zum Tragen kommen.

Seit zweieinhalb Jahren leben wir in Travemünde und wechseln nun für zehn Monate von der Ostsee an den Atlantik bzw. von der Trave an den Douro. Dabei freuen wir uns ganz besonders auf die persönlichen Begegnungen mit Ihnen und das Gemeindeleben in Porto und Vila Nova de Gaia.

Wie schön, dass wir schon im Oktober bei der Gemeindetagung auch Mitglieder der drei anderen deutschsprachigen Gemeinden in Portugal kennenlernen dürfen!

Bis zum persönlichen Kennenlernen grüßen herzlich

**[Angelika Doliv und
Volker Krolzik]**

Gemeinschaft leben



*Gott ist ein redender Gott,
aber auch ein schweigender.
In der Stille lehrt er uns hören.*

Dietrich Bonhoeffer



KLOSTER ERLEBEN

Liebe Freunde,
Vom 10. bis 12. Oktober 2025 findet die Gemeindetagung der vier deutschsprachigen evangelischen Gemeinden in Portugal statt und wir freuen uns, Sie und Euch herzlich nach Porto einzuladen! Ein Wochenende lang wollen wir unter dem Motto KLOSTER ER-LEBEN zusammen mit unseren Gästen die faszinierende Welt der portugiesischen Klöster entdecken. Bei dieser Reise in die Vergangenheit erleben wir die geistliche und spirituelle Klosterwelt mit allen Sinnen: Mit Besuchen zwei berühmter Klöster in Porto werden wir das seltene Privileg musikalischer Untermalung genießen. Auch zu Tisch erweckt unser KochTeam die Vergangenheit zum Leben und inspiriert sich an historischen Rezepten aus der Klosterküche. Als Referent begleitet uns der renommierte Musikwissenschaftler, Kirchenmusiker und Organist Nuno Mimoso (Regensburg/ Porto).

PROGRAMM

Freitag, 10. Oktober

Ankunft und Empfang

Gemeinsames Abendessen und
geselliges Beisammensein in unserem
Gemeindezentrum

Samstag, 11. Oktober

Vortrag von Nuno Mimoso über die
Geschichte der Klöster in Portugal Eindrücke
aus dem Klosterleben durch Gesang, Gebete
und Stille

Gemeinsames Mittagessen inspiriert von der
alten Klosterküche

Besuch des **Benediktiner-Klosters São Bento
da Vitória in Porto** mit einer Führung von
Nuno Mimoso, der für uns die historische
Orgel (1721) zum Klingen bringen wird

Gemeinsames Abendessen am Meer

Sonntag, 12. Oktober

Besuch des **Klarissinnen-Klosters Santa Clara
in Porto** mit einem Rezital der Sopranistin
Sandra Azevedo

Abschluss-Gottesdienst im Kloster Ausklang
der Tagung beim **gemeinsamen Mittags-
Imbiss** im Gemeindezentrum

Wo:

Gemeindezentrum der Deutschen
Evangelischen Kirchengemeinde Porto

Unterkunftsvorschläge:

Golden Tulip Porto Gaia Hotel
Ibis Hotel Porto Gaia
Mercure Porto Gaia Hotel
Apartments in Canidelo / Afurada / Lavadores

Teilnahmegebühr:

60€ beinhaltet das komplette Programm
mit 1 Mittagessen, 2 Abendessen,
1 Mittagsimbiss und Transfer zu den Klöstern.

Anreise:

Wegbeschreibung
auf unserer Webseite
<https://dekporto.blogspot.com>



Nuno Mimoso

Im Laufe des Wochenendes wird er uns spannende Einblicke in die Geschichte, Spiritualität und Klangwelt der portugiesischen Klöster schenken.

Das leibliche Wohlergehen und der "Convívio" dürfen natürlich auch nicht zu kurz kommen und so bietet das abwechslungsreiche Programm viele Gelegenheiten zu Gespräch und Geselligkeit.

Wir freuen uns auf viele Teilnehmer und ein Wochenende voller Begegnung mit Ihnen und Euch! [**Susanne Rösch, Gemeindekirchenratsvorsitzende**]

**Deutsche Evangelische
Kirchengemeinde Porto**
Rua do Mirante, 99
Vila Nova de Gaia
<https://dekporto.blogspot.com>



**Deutsche Evangelische
Kirchengemeinde Porto**



DER NEUE KIRCHENGEMEINDERAT DER DEKA

Hier stellt sich der neue KGR vor. Mitte März wurden wir in unsere Ämter gewählt, und die neuen Aufgaben sind vielfältig und fordern uns heraus. Mit Hilfe der wunderbaren Unterstützung von Seiten der Gemeinde, Pastorin Christina Gelhaar aus Lissabon, der EKD und vor allem auch vom Pastorenehepaar Krause-Röhrs sind wir zu einem fröhlichen, engagierten Team zusammengewachsen. Das Gemeindeleben ist, GOTT sei Dank, weiterhin lebendig, und wir haben auch schon einige musikalische Höhepunkte in den Gottesdiensten erleben können, wie z. B. ein Geigenkonzert.

Auf dem Bild ist ein Teil des Kirchengemeinderates zu sehen, von rechts nach links:

Pastorin i. R. Thekla Röhrs, unermüdlich engagiert mit Herz und Verstand

Stefan Haberl, der Schatzmeister, immer ansprechbar, wenn's um Zahlen geht

Rose-Marie Hoffmann-Riem, die verwaltungs-

technische Arbeit übernommen hat und mit ihrem klaren Verstand oft genau den Kern der Dinge trifft
Monika Diete, stellvertretende Vorsitzende des KGR und Ansprechpartnerin für das Projekt Zeitspende, unsere Küsterin, zuständig für all die notwendigen großen und kleinen Dinge und immer bereit, zu helfen

Irmtraut (Traute) Finken, die den Vorsitz des KGR übernommen hat

Pastor i. R. Ulrich Krause-Röhrs an der linken Flanke, hat zu Problemlösungen immer mal wieder ein As im Ärmel

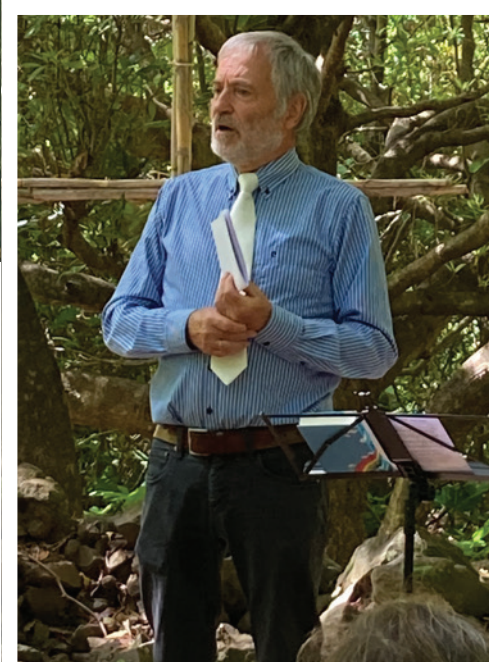
Nicht mit auf dem Bild sind:

Birgit Diechtierow und **Eckhard Plaatje**, sie arbeiten zur Zeit von Deutschland aus aktiv mit im KGR, – beide werden nach der Sommerpause auch wieder an der Algarve bei uns sein.

Wir freuen uns schon auf die nächste Sitzung im September!

[Irmtraut Finken]

GEMEINDE UNTERWEGS DOM UNTER BÄUMEN



Am Tag von Christi Himmelfahrt machten sich elf Frauen und Männer und ein kleines Mädchen auf zu einem Spaziergang im Tal von Ponta do Sol. Eine halbe Stunde ging es am rauschenden Bach entlang, leicht bergauf auf breitem Weg. Zwei erprobte Wanderer schritten schnell voran, für die kleine Vanessa war das etwas anstrengender, sie bildete mit ihren Eltern und einer Freundin die letzte Gruppe. Alle genossen den sonnigen Morgen in der Natur und waren neugierig auf den Gottesdienst-Raum, den Pastor Eskil Wohlberg und seine Frau beim Wandern entdeckt hatten. Das Tal wurde enger und die bebauten kleinen Felder links und rechts auf den steilen Hängen wichen dem typischen Wald. Hier fand die Gruppe den „Dom unter Bäumen“. Vor lan-

ger Zeit wurde hier vielleicht gewohnt, oder Landarbeiter rasteten tagsüber von ihrer Arbeit.

Der niedrig eingemauerte Bereich mit Feuerstelle unter hohen Bäumen, schattig und belebt von den Lichtreflexen der Blätter, war wie geschaffen zum Innehalten. Der „Dom“ bot Platz für sehr viele Menschen, das Blätterdach aber auch Schutz und Geborgenheit. Man mochte sich fühlen wie in einem guten Versteck zu Kinderzeiten. Dort hielten wir eine Andacht mit Predigt, Gebet und Gesang, und bleiben anschließend noch zum Picknick und Gespräch zusammen.

Schön war's, und Vanessa, inzwischen stolz auf Papas Arm, rief uns zu: „Bis nächstes Mal!“.

[Stefanie Seimetz]

HALLO ZUSAMMEN!



Es freut mich zuerst einmal sehr, Euch alle kennenzulernen!

Aber Ihr fragt Euch wahrscheinlich gerade: Wer ist dieses neue Gesicht, das ich hier sehe?

Ich bin Emily – aber meistens werde ich von allen Emi genannt – und ich bin die neue Freiwillige im Diakonischen Jahr im Ausland bei Euch in der DEKL-Gemeinde. Das bedeutet, dass

Ihr mich ab September 2025 öfter in der Gemeinde sehen werdet und ich das Privileg habe,

Euch über zehn Monate hinweg kennenzulernen.

Zu mir:

Ich bin 19 Jahre alt, habe in einer Kleinstadt namens Bad Oeynhausen mein Abitur gemacht und nebenbei auch in sozialen Einrichtungen gearbeitet. Ich singe gerne (und freue mich schon darauf, mal in Euren Chor zu schnuppern), mache gerne Sport, gehe spazieren in der Natur oder lese. Außerdem macht es mir Spaß, mit Freunden auf Festivals oder andere Veranstaltungen zu gehen.

Ich liebe es, neue Dinge übers Kochen zu lernen oder mich über Themen wie den eigenen Glauben auszutauschen. Auch wenn es darum geht, neue Dinge auszuprobieren, bin ich immer gern dabei)

Für mich wird die Zeit bei Euch ein unglaubliches Abenteuer – denn ich war vorher noch nie in Portugal! Ich freue mich schon sehr auf all die neuen Erfahrungen, darauf, Menschen zu begegnen, und bin schon sehr neugierig auf alles, was kommt!

Besonders gespannt bin ich darauf, zum ersten Mal mit einer Bandbreite an Menschen zu arbeiten – egal ob jung oder alt –, da ich bisher nur mit Kindern gearbeitet habe.

In meinem Nebenjob mit Kindern durfte ich schon viel über Menschen, persönliches Wachstum und vor allem über mich selbst lernen.

Ich freue mich darauf, mich mit neuen Ideen in Eure Gemeinde einzubringen, sie mitzugestalten – und auch etwas von Euch zu lernen. Denn wenn ich eines in den letzten Jahren in sozialen Jobs gelernt habe, dann, dass es immer ein Geben und Nehmen ist und wir uns als Menschen gegenseitig formen.

Ich erhoffe mir, bei Euch nicht nur zu mehr Selbstständigkeit zu finden und mich selbst besser kennenzulernen, sondern auch anderen eine Stütze zu sein. Bis ganz bald – **Eure Emiii**

ADEUS

Liebe Gemeinde,
„Wir lassen etwas von uns zurück, wenn wir einen Ort verlassen, wir bleiben dort, obgleich wir wegfahren. Und es gibt Dinge an uns, die wir nur dadurch wiederfinden können, dass wir dorthin zurückkehren“. Das ist ein Zitat aus dem Buch „Nachtzug nach Lissabon“ von Paul Mercier. Im Grunde genommen war es dieses Buch, das mich nach Portugal geführt hat. Und wie dankbar ich dafür bin!

Insbesondere bin ich dankbar für die vielen Begegnungen, die ich hier habe machen dürfen, für die netten Gespräche und die Herzlichkeit, mit der ich aufgenommen wurde. Ich verlasse Lissabon mit lauter kostbaren Eindrücken und Erinnerungen: fröhliche Kirchcafés, lange Unterhaltungen beim Kaffeekränzchen und bei der Teatime und und und. Das sind alles Dinge, die ich wohl noch lange mit mir tragen werde. Gleichermäßen lasse ich aber, wie Mercier schreibt, auch Dinge hier zurück: In den verwinkelten Gassen der Alfama, zwischen blühenden Jacaranda-Bäumen und bunten Azulejos, zwischen dem Tejo und der Weite des Meeres. In Lissabon habe ich ein Zuhause finden können – und wie einfach es war, die Stadt, aber auch diese Gemeinde, ins Herz zu schließen!

Es war mir eine Freude, so viele von Ihnen kennenzulernen; Sei es bei Gottesdiensten, bei Besuchen, Konzerten, im Chor, während der Arbeit am Basar oder auch nur kurz zwischen Tür und Angel.

Neben der Gemeindefarbeit und dem Besuchsprojekt von Hand-in-Hand hatte ich auch die Möglichkeit über Lissabon hinaus auf Entdeckungsreise zu gehen: Nach Coimbra, über die Stadtmauer von Obidos, zum mächtigen Palast von Mafra, über die Brücken von Porto, zu den Wellen von Nazaré und an die wilden Küsten der Algarve. Portugal ist ein Land, das unglaublich viel zu bieten hat.

Meine Zeit hier habe ich als unglaublich bereichernd empfunden. Die vielseitige Arbeit und die Fülle an Möglichkeiten haben mir den Raum gegeben, mich zu entfalten und immer wieder an Herausforderungen zu wachsen.

Ich bin mir sicher, dass es mich in Zukunft immer wieder nach Portugal bzw. Lissabon führen wird – auch darüber schreibt Mercier schließlich: den Drang, wieder zurückzukehren. Vorerst heißt es nun aber Abschied nehmen. Also: „Adeus“ und bis hoffentlich bald wieder!

Alva

Save the Date!

Auch dieses Jahr wird unser ökumenischer Adventsbasar wieder ein Ort der Begegnung – wir freuen uns darauf, gemeinsam Zeit zu verbringen und ins Gespräch zu kommen.

Am Sonntag, den 30.11.2025, laden wir Sie herzlich auf das Gelände der Deutschen Schule Lissabon ein, um gemeinsam in gemütlicher Atmosphäre in die Adventszeit zu starten.

AUS DEM GKR

Ab dem 1. September 2025 wird es in unserer Gemeinde eine große Veränderung geben. Zum ersten Mal seit Bestehen der DEKL in Kooperation mit der Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD) werden wir von einer entsandten Pfarrerin in Teilzeit betreut werden. Wie in den letzten Jahren transparent mit der Gemeinde kommuniziert, ist die Stellenreduktion unserer Pfarrerin auf 75% Teil des Plans, mit dem die Finanzierung der Gemeinde gesichert werden soll. Nach sechs Jahren Tätigkeit befindet sich Christina Gelhaar ab dem 1. September in der Verlängerung, der die EKD nur im Zusammenhang mit der Stellenreduktion zugestimmt hat. Einer Neuausschreibung unserer Pfarrstelle mit 100% hätte die EKD angesichts der finanziellen Lage die Zustimmung verweigert. Es liegt nun an uns, die Finanzen in den nächsten drei Jahren so aufzustellen, dass die EKD einer Neuausschreibung für 2028 zustimmen wird.

Folgende Veränderungen wird es im Zusammenhang mit der Pfarrstellenreduktion nun geben:

1. Die Pfarrerin wird ab dem Schuljahr 2025/2026 nur noch drei Stunden Religionsunterricht an der Deutschen Schule Lissabon erteilen (statt bislang sechs oder sieben).

2. Die Pfarrerin bekommt ein freies Wochenende im Monat. Das bedeutet, dass ab sofort deutlich mehr Gottesdienste von anderen gehalten werden als bislang, wo nur Urlaube und dienstliche Abwesenheiten der Pfarrerin aufgefangen werden mussten. Hier werden zum einen unsere Prädikantinnen aktiv, zum anderen wird es (wie in früheren Zeiten) auch sogenannte Lesegottesdienste geben, die von Lektorinnen und Lektoren gehalten werden. An einer Schulung dafür haben im Juli sechs Gemeindeglieder teilgenommen.

3. Die TeaTime wird in Zukunft nicht mehr in jedem Monat durch unsere Pfarrerin begleitet. Statt ihrer werden die Freiwillige im Diakonischen Jahr im Ausland und die Teilnehmenden selbst bei jedem zweiten Treffen Gesprächsimpulse vorbereiten. Für den Frühstückskreis wäre nach Absprache ein ähnliches Modell denkbar.

4. Das neue Format „THE CHOSEN für alle“ und das Taizé-Gebet werden mangels Teilnahme eingestellt. Für das Taizé-Gebet gibt es eine Alternative: Interessenten können das Taizé-Gebet in der Igreja São Nicolão in der Baixa besuchen, das an jedem Freitagabend stattfindet. Einmal im Monat wird eine gemeinsame Teilnahme organisiert, s. dazu die Informationen bei den Veranstaltungen auf S. 15.

5. Noch ungeklärt ist die Zukunft des Boten, den Sie gerade in den Händen halten. Bislang hat sich noch niemand für die Hauptverantwortung unseres Gemeindegazetins gefunden, bei dem die Fäden zusammen laufen können. Denkbar wäre auch eine Aufteilung der verschiedenen Aufgaben (Einberufen und Leiten der Redaktionssitzungen, Erstellen eines Plans für die jeweilige Ausgabe, Redigieren und Korrekturlesen, Kontakt mit dem Layouter Nuno Pais). Wenn Sie sich für den Erhalt des Boten einsetzen wollen und evtl. mit anderen gemeinsam diese Aufgaben übernehmen möchten, melden Sie sich bitte umgehend! Christina Gelhaar nimmt sich gerne Zeit für eine ausführliche Übergabe und würde auch in Zukunft ansprechbar bleiben. Darüber hinaus suchen wir auch noch Lissabonner Redaktionsmitglieder, die sich allgemein an der Gestaltung des Boten beteiligen und gelegentlich einen Beitrag schreiben.

Die kommenden Veränderungen werden spürbar werden. Es liegt an uns allen, konstruktiv mit der Situation umzugehen. Gemeinde lebt von uns allen!

Neben der Pfarrstellenreduktion gibt es ein zweites wichtiges Thema, mit dem sich der GKR seit Monaten beschäftigt: Die Gewinnung von Mitgliedern für den Gemeindegemeinderat selbst. Von ehemals zehn Mitgliedern ist der GKR auf aktuell sechs Mitglieder zusammengeschmolzen. Viele Menschen sind aktuell als Headhunter unterwegs, doch so mühsam wie gerade war es noch nie, Leute für diese wichtige Aufgabe zu begeistern. Bitte helfen Sie uns, geeignete Menschen zu finden, damit unsere Gemeinde eine Zukunft hat!

[Für den GKR Christina Gelhaar]

Wann? Sonntag, 30.11.2025 von 11:00 bis 17:00 Uhr

Wo? Deutsche Schule Lissabon

Largo Willy Brandt, 1600-891 Lissabon

Was Sie erwartet:

- Tombola mit tollen Gewinnen
- Handgemachte Adventskränze, Dekorationen und Geschenkkästen
- Weihnachtsleckereien, Würstchen, Glühwein & Kinderpunsch
- Musik zum Einstimmen auf die Adventszeit
- Aktionen und Spielangebote für Kinder und Erwachsene

Und das Beste: Der Montag, 01.12.2025, ist ein Feiertag – perfekt also, um den Sonntag in vollen Zügen zu genießen, ohne am nächsten Tag früh raus zu müssen!

Tragen Sie sich den Termin am besten gleich in den Kalender ein – wir freuen uns auf einen festlichen, fröhlichen Tag mit Ihnen!

Herzliche Grüße **[DEKL Orga Team Basar]**

Nur Barzahlung auf dem Basar möglich, der Erlös des Basars kommt den Sozialprojekten sowie der sozialen und seelsorgerlichen Arbeit der Gemeinden zugute.



Kinderseite

aus der christlichen Kinderzeitschrift Benjamin

Kleines Korn kommt groß raus

Jesus erzählt gern Geschichten vom Wachsen, so auch die vom Senfkorn. Niemand hat dem kleinen Senfkorn solche Kraft zugetraut. Auch wenn der Samen noch so winzig ist: Wenn er einmal gesät wurde und anwächst, kann ein großer Baum entstehen, in dem sogar Vögel ihre Jungen großziehen. So ähnlich ist es mit dem Leben in Frieden und der Liebe Gottes: Was als kleine Hoffnung beginnt, kann wachsen und groß werden.



Rätsel

Die Igel haben Laubblätter gesammelt. Jeder hat zwei Blätter gesammelt, von jeder Sorte eines. Von einer haben sie drei gleiche Blätter gesammelt. Findest du die drei?



Wald-Kunst

Im Herbst ist der Wald voller Bastelmateriale! Aus den Früchten der Bäume, aus Eicheln, Bucheckern, Zapfen und Blättern kannst du auf dem Waldboden Bilder legen.



Herbst-Scherzfrage:
Welches Laub fällt nicht vom Baum?
Urlaub!

Auflösung: Dreimal gibt es ein gelbes, großes Eichenblatt

Mehr von Benjamin ...

der christlichen Zeitschrift für Kinder von 5 bis 10 Jahren: benjamin-zeitschrift.de

Der schnellste Weg zu einem Benjamin-Abo: Hotline: 0711/60100-30 oder E-Mail: abo@hallo-benjamin.de



KIRCHE FÜR JUNGE MENSCHEN

Manchmal könnte man meinen, Kirche wäre vor allem etwas für ältere Menschen. Zugegeben, an manchen Sonntagen ist der Altersdurchschnitt der Gottesdienstbesucher*innen ganz schön hoch. Aber das ist wirklich nicht immer so! Unsere Gottesdienste sind offen für alle, und insbesondere bei Familiengottesdiensten kann das Miteinander von Jung und Alt und denen dazwischen super schön sein. Beim Basar packen auch alle mit an, und bei unseren Gemeindefreizeiten erleben wir generationenübergreifende Gemeinschaft.

Aber daneben gibt es bei uns auch Angebote, die sich explizit an Jüngere richten. Das fängt mit dem sonntäglichen Kindergottesdienst an, geht über die Konfi-Zeit bis zu... ja, zu was eigentlich?

Vor drei Jahren haben wir ein neues Angebot für Jugendliche nach der Konfirmation und junge Erwachsene begonnen: THE CHOSEN. In diesen Jahren haben wir tolle Gespräche gehabt und leckeres Essen und jede Menge Spaß. Ob und wie wir ein solches Angebot in Zukunft fortsetzen werden, liegt an Euch! **Worauf habt Ihr Lust, Ihr Konfirmierten, Jugendlichen, junge Erwachsenen?**

Um das herauszufinden, treffen wir uns **am Freitag, den 12. September um 19 Uhr im Gemeindehaus**. Wir kochen gemeinsam, lernen uns dabei ein wenig kennen und besprechen dann beim Essen, was Ihr von Eurer Kirche braucht. Chillen, spielen, reden, kochen... Ihr entscheidet! Kommt unbedingt vorbei und bringt ein paar nette Leute mit! Wir sind gespannt auf Euch! **[Christina und Emily]**

HALLO DU! JA, DU!

Du bist ca. 12 Jahre alt und offen für Fragen über Gott und die Welt? Du hast Lust, gemeinsam mit anderen in Deinem Alter diesen Fragen nachzugehen? Dann komm unbedingt zum Konfi-Unterricht!

Die Konfi-Zeit beginnt mit dem Begrüßungsgottesdienst am 14. September um 11 Uhr in der Martin-Luther-Kirche. Gegen 12.30 Uhr gibt es ein Info-Treffen für interessierte Jugendliche und deren Eltern, in dem Ihr alles Wichtige über die Konfi-

Zeit erfahrt. Und dann kannst Du entscheiden, ob Du mitmachen willst.

Wir würden uns in jedem Fall freuen!

[Christina und Emily]

In unserem Konfi-Trailer bekommst Du schon einmal einen kleinen Eindruck von der Konfi-Zeit!



☐ Ich interessiere mich für die Deutsche Evangelische Kirchengemeinde in ☐ Lissabon ☐ Porto ☐ Madeira ☐ Algarve und möchte gerne Mitglied werden. Bitte nehmen Sie Kontakt mit mir auf und senden Sie mir den Mitgliedsantrag zu.

☐ Ich möchte gerne den Newsletter dieser Gemeinde abonnieren.*

☐ Ich möchte gerne aktuelle Nachrichten der Deutschen Evangelischen Kirche in Lissabon per WhatsApp erhalten.*

* Diese Angebote sind kostenlos und können jederzeit ohne Angabe von Gründen wieder abbestellt werden.

Die WhatsApp-Gruppe ist eine reine Admin-Gruppe, d.h. nur die Admins der DEKL können Nachrichten versenden.

☐ Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten gespeichert werden und für den Zweck der Kontaktaufnahme bzw. der Zusendung von Informationen genutzt werden.

Name

Anschrift

E-Mail Tel.

Unterschrift



DEUTSCHE EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE LISSABON

Au. Columbano Bordalo Pinheiro, 48
1070-064 Lissabon
Tel.: 217 260 976
E-Mail: info@dekl.org
www.dekl.org

Sekretariat:

Gabriela Freudenreich
Mo, Do 10-12 Uhr
Di, Do 14-17 Uhr
Tel.: 217 260 976

Vorsitzende:

Susanne Burger Tel.: 934 837 744

Stellv. Vorsitzende:

Sonja Franz-Zinkl
E-Mail: info@dekl.org

PfarrerIn:

Christina Gelhaar
Tel.: 217 260 976 / 918 973 807
E-Mail: pfarrer@dekl.org

Bankverbindung:

BPI

Kontoinhaber:

Congregação Evangélica
Alemã de Lisboa

IBAN:

PT50 0010 0000 4076 4710 0012 5

Swift/BIC: BBPIPTPL

Deutscher Evangelischer Friedhof

Rua do Patrocínio 59, Lissabon

Öffnungszeiten:

dienstags bis samstags
9-13 Uhr

sonntags 9-13 Uhr

Der Friedhof ist

montags und an Feiertagen
geschlossen.

FriedhofswärterIn:

Valentina Timofeeva
Tel.: 922 298 666

Friedhofsbeauftragte: kommissarisch:

Astrid Kimelman Rego
vertreten durch:

Ursula Caser Tel.: 964 758 828

Claus Essling

E-Mail: Friedhof@dekl.org

DEUTSCHE EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE PORTO

Haus der Begegnung
Rua do Mirante, 99
4400-525 Vila Nova de Gaia –
Canidelo
Tel.: 227 722 216
www.dekporto.blogspot.com

Vorsitzende:

Susanne Rösch
Tel.: 252 671 886
Tel.: 966 963 466

E-Mail:

vorsitz.gemeinde.porto@gmail

Stellv. Vorsitzender:

Werner Englert
Tel.: 910 994 094

E-Mail: Unimoc05@gmail.com

Pfarrer:

Volker Krolzik

E-Mail:

pfarrer.gemeinde.porto@
gmail.com

Tel.: 227 722 216

Tel.: 913 296 812

Nutzung des

Begegnungshauses:

Info bei der Vorsitzenden

Banco Montepio

IBAN:

PT50003604079910602595754

Swift/BIC:

MPIOPTPL

DEUTSCHE EVANGELISCHE KIRCHE IM ALGARVE

DEKA, Urb. Sesmarias, Lote 84,
8400-565 Carvoeiro
www.deka-algarve.com
Tel.: 282 341 214

Vorsitzende:

Irmtraut Finken

Tel.: 282 341 214

E-Mail: gem@deka-algarve.com

Pfarrerehepaar:

Thekla Röhrs

Ulrich Krause-Röhrs

E-Mail:

pfarramt@deka-algarve.com

Tel.: 960 244 439

Bankverbindung:

CA Credito Agricola

IBAN:

PT50 0045 7063 4029 9611 0208 7

Swift/BIC:

CCCMPTPL

DEUTSCHE EVANGELISCHE KIRCHE AUF MADEIRA

info@dekmadeira.de

www.dekmadeira.de

Vorsitzende:

Stefanie Seimetz

E-Mail: Seimetz@dekmadeira.de

PfarrerIn:

Ilse Everlien Berardo

Tel.: 291 765 913

Fax: 291 775 189

E-Mail:

pfarrerIn.berardo@dekmadeira.de

Bankverbindung:

IBAN:

PT50 0007 0000 0016 7729 3942 3

IMPRESSUM

Die Deutschen Evangelischen Kirchengemeinden in Lissabon (DEKL), in Porto (DEKP) und im Algarve (DEKA) sind eigenständige, vertraglich mit der Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD) verbundene Einrichtungen. Sie sind nach portugiesischem Recht anerkannte Religionsgemeinschaften. (Die DEKL ist im Registo das Pessoas Colectivas Religiosas unter der N° 759/20080403 registriert.) Die Gemeinde auf Madeira ist Tochtergemeinde der DEKL.

Die Gemeinden tragen sich überwiegend aus Beiträgen und Spenden ihrer Mitglieder und Förderer. Mitgliedsbeiträge und Spenden sind in Portugal und in Deutschland steuerlich absetzbar. Der Bote aus Lissabon wird im Auftrag des Gemeindekirchenrates der DEKL herausgegeben und redaktionell von den vier Gemeinden verantwortet.

V.i.S.d.P.: Pfarrerin Christina Gelhaar

Layout: Nuno Pais

Erstellungspreis: 2,80 € **Auflage:** 500

Propriedade da Igreja Evangélica Alemã de Lisboa

(RPCR N° 759/20080307 e N° 773/20080403; NIPC: 592 007 707)

Redação e Administração: Au. Columbano Bordalo Pinheiro 48, Tel.: 217 260 976. Publica-se quatro vezes por ano sob ordens e responsabilidade do conselho paroquial.

Druck: Gemeindebriefdruckerei, Groß Oesingen/Alemanha

Redaktionsschluss 4/2025 (Dez-Feb): 24. Oktober 2025

Gedruckt auf umweltfreundlichem Papier.



GBD

www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Produkt Blauwal schont die Ressourcen.
Emissions- und schadstoffarm auf
100% Altpapier gedruckt.

www.GemeindebriefDruckerei.de



RESSOURCEN- EINSPARUNG

1332
Liter Wasser

114
kWh Energie

84
kg Holz

Ressourceneinsparung gegenüber Standardpapier.

Grundlage der Berechnung bilden Durchschnittswerte die das Umweltbundesamt veröffentlicht hat.

ORGANIZAÇÃO / ORGANISATION
Igreja Evangélica Alemã de Lisboa | Igreja Católica Alemã de Lisboa



2025



BAZAR

de Advento / zum Advent

Artesanato + Gastronomia + Diversão



APENAS PAGAMENTOS
EM DINHEIRO

NUR BARZAHLUNG

Domingo / Sonntag

30.11.2025

11h - 17h

Escola Alemã de Lisboa
Deutsche Schule Lissabon

Basarerlöse kommen den Sozialprojekten und seelsorgerischen Arbeiten zugute.
As receitas do bazar beneficiam projetos sociais e o trabalho pastoral.

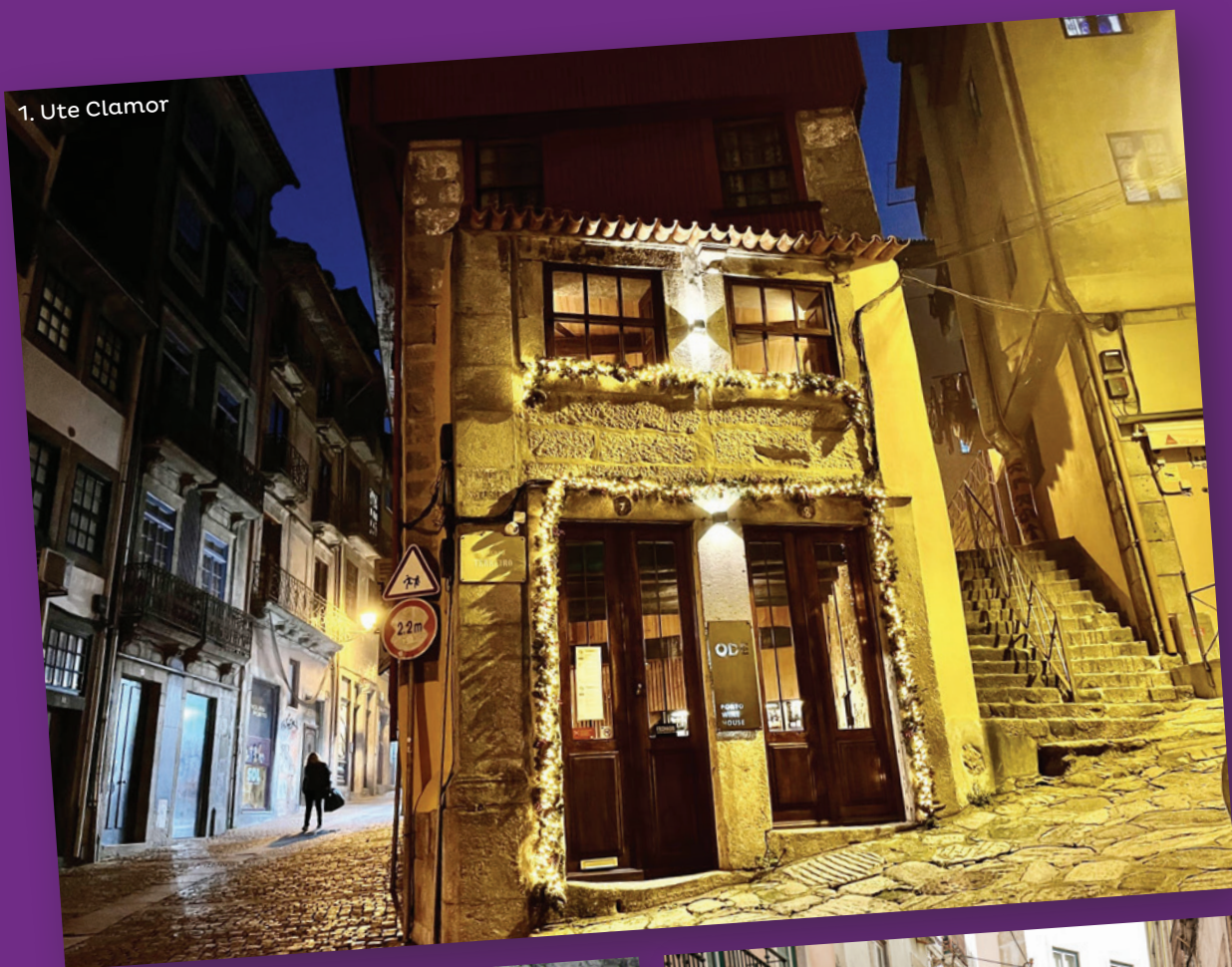
Herzlichen Glückwunsch!

Wir gratulieren den Gewinnerinnen und dem Gewinner des Fotowettbewerbs für den Kalender 2026!

- 1. Ute Clamor**
2. Tom Weise und Gaby Letzing

Wir danken unseren fünf Jury Mitgliedern von der ABLA, der Bartholomäusbrüderschaft, der Deutschen Schule Lissabon, dem Deutschen Verein Lissabon und dem Goethe-Institut Lissabon.

Der Kalender 2026 mit den gekürten und anderen Bildern erscheint im Herbst dieses Jahres und kann u.a. am 30. November 2025 beim ökumenischen Adventsbasar erworben werden.



2. Tom Weise



2. Gaby Letzing