



Weitersagen!

Newsletter - Oktober 2025



Ars vivendi & moriendi = Die Kunst zu leben und zu sterben

„Der andere November“ – von Oktober bis Dezember

Die Kunst des heilsamen Sterbens entwickelte sich im Spätmittelalter unter Pesteeinfluss. Das Ernstnehmen der Sterblichkeit führt zur intensiven Gestaltung eines gelingenden Lebens. Die Entwicklung von Persönlichkeitsstärke, Verantwortung, Freude und Hingabe sind Voraussetzung eines erfüllten Daseins. Als Gläubige gehört für uns die Perspektive des himmlischen Lebens mit Jesus maßgeblich dazu. Solches Erleben und eine starke Gottverbundenheit ermöglicht am Lebensende, es dankbar loszulassen in einem hoffentlich sanften Sterben mit dem Vertrauen auf einen Neuanfang in Gottes Reich, zu dem wir schon jetzt gehören. Dieses Thema betrifft uns alle in jedem Alter.



Drei Angebote für eine geistliche Intensivzeit im Spätherbst

1. Die Predigtreihe zu *Ars vivendi & moriendi*

- | | |
|---|---|
| 26.10. Allgemeine Eröffnung: Der Sinn des Lebens | 30.11. Die Kunst, sich am Schönen zu erfreuen |
| 2.11. Gut leben - „Best off“ der Lebensweisheiten | 7.12. Gerechtfertigt leben – nichts leisten müssen |
| 9.11. Verzichtsethik – weniger ist mehr | 14.12. Himmlische Aussichten – was uns die Bibel über den Tod hinaus verrät |
| 16.11. Was ist unser Vermächtnis für die Nachfahren? | 21.12. Vorfreude ist die schönste Freude – von der Kraft der Freude |
| 23.11. Versöhnt sterben anhand von Jesu Kreuzesworten | |

2. E-Mail-Tagesimpulse sechs Wochen von Mo–Fr

- Woche ab 27.10. Von der Bestimmung des Menschen aus göttlicher Perspektive
- Woche ab 3.11. Auf biblischer Spurensuche nach dem guten Leben
- Woche ab 10.11. Von der Kunst den teuflischen Versuchungen zu trotzen
- Woche ab 17.11. Nimm dir die Zeit! – Von Herausforderungen im Zeitmanagement
- Woche ab 24.11. Von der Kunst, das eigene Sterben gut vorzubereiten
- Woche ab 1.12. „Wer Ostern kennt, braucht nicht verzagen“ (Bonhoeffer) – und hat Weihnachten längst gefeiert

Diese Tagesimpulse werden von den sechs Mitgliedern des AK Spirit täglich wechselnd in Form einer kurzen Andacht geschrieben. In diesem Arbeitskreis, der das geistliche Leben in der Gemeinde fördert, denken, beten und planen mit: Daniel Groß, Stefan Comes, Uli Hänsch, Markus Heeser, Conny & Jürgen Seinwill.

Die Tagesimpulse beziehen sich jeweils auf einen Bibeltext und legen diesen im Kontext aus. Wer diese immer am Vorabend ab 22.00 Uhr per Mail empfangen möchte, melde sich auf der Homepage (Kachel „Lebenskunst“ auf Startseite) für den Emailverteiler an bis zum 25.10.

Das dritte Modul mit Vorträgen weitet den Horizont und nimmt weitere Aspekte auf. Besonders freuen würden wir uns, wenn Du, liebe Leserin, lieber Leser, ein unbekanntes Gesicht zu Vorträgen mitbringst.



3. Vorträge im FRITZ-Familienzentrum mittwochs um 20:00 Uhr

22.10. Wie kommt man zu einer positiven Lebenseinstellung?

Es gibt heutzutage sehr viele Einflüsse auf den Körper und den Geist. Wie schaffe ich es, mit Negativität umzugehen und ein glückliches und gesundes Leben zu führen?

Dies sind die Fragen, auf die viele Menschen keine oder keine zufriedenstellende Antwort haben oder finden.

Wir wollen aufzeigen, wie wir dies für uns und unsere Familie umgesetzt haben. Dies kann jeder für sich auch tun und es fängt mit kleinen Schritten an. Jeder darf hier für sich selbst entscheiden, was er für sich und ein gesundes und glückliches Leben in der heutigen Zeit tun möchte. Wir geben Beispiele und Gedankenanstöße. Sei gespannt wie einfach es manchmal sein kann...

Referent/in: Nicole Schmid, Bankkauffrau und Heiko Schmid, Elektroingenieur

29.10. Nachhaltiges Leben im Alltag

Elektroauto, PV-Anlage, Wärmepumpe, Batteriespeicher, Dynamischer Stromtarif, Müllvermeidung, Garten für die Zukunft – wir geben Tipps, wie man nachhaltig seinen Alltag gestalten und Kosten einsparen kann.

Tomas Hecker gibt eine verständliche Einführung in die Themenbereiche E-Mobilität (Ladelösungen zu Hause & im Betrieb), Photovoltaik & Speicher (Autarkie, Spitzenlastkapung, Wirtschaftlichkeit) und Dynamische Tarife (Lastverschiebung, günstige Zeitfenster), und er erklärt, wie es gelingt, durch eine geschickte Abstimmung Geld zu sparen (Strom- plus Investitionskosten) und gleichzeitig Ressourcen zu schonen. Vom Einfamilienhaus bis zum kleinen Fuhrpark – einfache Beispielrechnungen zeigen, dass gute Lösungen möglich sind.

Der Klimawandel wirft seine Schatten voraus in unsere Gärten. Pflanzen leiden durch Hitzezeiten. Conny Seinwill gibt Tipps zur Umgestaltung in trockenheitsresistentere Gartenlandschaften.

Plastikteilchen überall. Wie kann ein persönlicher Beitrag zur Plastikreduktion ausschauen? Digitale CO₂-Verbräuche im Alltag steigen. Anregungen, den eigenen digitalen Handabdruck zu überblicken und zu verkleinern.

Referentinnen: Tomas Hecker, Klimatechnik, Dr. Matthias Donath, Umweltbeauftragter, Conny Seinwill

5.11. „Tu deinem Leib Gutes, damit deine Seele gern darin wohnt!“

Wie komme ich zu einem freudigen und gesunden Lebensstil mit Wissenswerten von Hildegard von Bingen? Mache deine Nahrungsmittel zu deinen Heilmitteln!

Referentin: Cornelia Heeser, Hildegardreferentin und Heilpraktikerin

12.11. Die persönliche Widerstandskraft stärken und Zuversicht wecken dank Resilienz!

Im gemeinsamen Gespräch möchten wir wertvolle und hilfreiche Bausteine sammeln, die das Leben leichter machen.

Referentinnen: Anette Krüger + Hiltrud Blau, Seelsorgerinnen

19.11. Longevity = Langlebigkeit

Forschungsergebnisse, wie man möglichst gesund bleiben kann bis ins hohe Alter. Anregungen zur Gesundheitsvorsorge für ein langes zufriedenes Leben.

Referentin: Dr. Katharina Kohler, Allgemeinmedizinerin

21.11. Freitag, Totentanz – Vom Diesseits ins Jenseits

Ein Streifzug durch die bildhaften Vorstellungen zu Sterben und Tod durch die Jahrhunderte in der Kunst, vom Mittelalter bis in unsere Tage. Ursprünge und Entwicklungen.

Referent: Dr. Thomas Umscheid, Gefäßchirurg + Mitglied Hospizbewegung im Idsteiner Land

26.11. Verletzlichkeit als Grundverfassung des Menschen

Verletzlichkeit: der Zustand zwischen Geburt und Tod. Leben findet zwischen „heil“ und verletzt statt. Dazu wird der Film gezeigt „Röbi geht“ über die Verletzlichkeit in der letzten Lebensphase und ein Palliativarzt teilt seine ermutigenden Gedanken, Verletzlichkeit als Chance zu erleben.

Referent: Dr. I. Hornke, Palliativmediziner

3.12. Patientenverfügung/Betreuungsvollmacht als wichtige Vorbereitung für ein gutes Lebensende

Aus der Sicht eines Mediziners: Warum man sich über den eigenen Tod Gedanken machen sollte und wie man am besten festhält, was getan werden soll, wenn man nicht mehr selbst entscheiden kann.

Referent: Dr. T. Umscheid, Gefäßchirurg + Mitglied Hospizbewegung im Idsteiner Land

10.12. Ewiges Leben, aber wo? Digital, als Avatar, tiefgekühlt, im Himmel?

Der Wunsch, dass nach dem Tod nicht alles aus ist, treibt Stilblüten mit Konsequenzen in der virtuellen Welt und in der medizinischen Forschung, die hofft, den Tod in den nächsten Jahrzehnten weit hinauszuzögern oder abzuschieben. Möchten wir das? Zu welchem Preis?

Referentin: C. Seinwill, Pfarrerin mit speziellem Interesse an nachtodlichen Lebensformen

Zusatzveranstaltungen

16.11. Vermächtnis schreiben – Praktisches Angebot mit kurzer Einführung; 12:00–13:00 Uhr FRITZ

22.11. Samstag „Letzte-Hilfe-Kurs“ mit Dr. I. Hornke + Anette Krüger; 10:00–14:00 Uhr im Diakoniehhaus. Anmeldung über die Homepage erforderlich

Conny Seinwill

Neue Stühle fürs Gemeindehaus

Paulinenstiftung spendet 10.000 Euro

FRITZ nutzt immer mehr auch den großen Gemeindesaal. Für unterschiedliche Angebote brauchen wir unterschiedliche Bestuhlungen. Dafür sind leichte, robuste Stühle sehr sinnvoll. Unsere alten Stühle mit rotem Sitzpolster waren schwer, teilweise wackelig (immer wieder mussten Schrauben durch unseren Hausmeister nachgezogen werden) und in der Stapelfähigkeit fragil. So nahm sich die FRITZ-Vorsitzende ein Herz und stellte bei der Paulinenstiftung Wiesbaden den Antrag auf „substanzielle“ Förderung. Und im Juni war es so weit: Zusage von 10.000 EUR bei Gesamtkosten von knapp 13.000 EUR.



Die alten Stühle konnten Anfang Juli in einem Rutsch abgegeben werden in eine im Aufbau befindliche ukrainische Gemeinde in Westfalen.

Die neuen Stühle trafen nach meisterhaftem Beschaffungsprozess durch Reiner Thielemann-Hehner am 9.9. in Niederrhausen ein, gerade pünktlich zur ersten Konfi-Stunde. So luden viele kräftige Konfi-Arme die 120 Stühle aus.

Die erste öffentliche Veranstaltung mit freundlicher, moderner Bestuhlung fand am 12.9. statt; Stefan Comes berichtete von seiner spirituellen Radtour. Eigentlich wollten wir ihn mit den neuen Stühlen überraschen, aber ein Wörtchen mitreden sollte er im Sommer kurz vor der Bestellung doch auch.

Wir freuen uns, dass die vorhandenen lindgrünen Sitzpolster gut passen, – ein Akt der Nachhaltigkeit.

Und in der kommenden Winterkirche im Gemeindesaal ab 5.10. können alle Stühle bequem auf Stuhlwagen gestapelt und bewegt werden.

Ein bisschen aufpassen müssen wir alle beim „Auftürmen“: Hände weg von den integrierten Stahlrohr-Stuhlverbindern, sonst gibts blaue Daumen. Und immer korrekt in die Führung dieser Verbinder stapeln, sonst wird es kippelig.

Beim Apfelfest war Christian Brinkmann von der Paulinenstiftung anwesend und hat sich von der Symbiose zwischen Kirchengemeinde und FRITZ vor Ort überzeugen können.

Patricia Garnadt, Vorsitzende FRITZ Vorstand

Erinnerung:

Jetzt anmelden zu **Singworkshop**
(Anmeldeschluss 20.10.!)

und **Meditationskurs**
(Anmeldeschluss 10.10.!)

Unsere Gemeinde trinkt „fair“, weil.....
wir den fairen Handel unterstützen!



Fröhliches Apfelfest am Samstag, 20. September im FRITZ

Am vergangenen Samstag lud das FRITZ Familienzentrum zum Apfel-Familienfest ein. Zunächst erntete eine Schar von Kindern mit Eltern oder Großeltern die Äpfel im Garten der Kirchengemeinde und verarbeitete alle gleich zu köstlichem Saft. Markus Groschmann an der Kelter leitete die fleißigen Sammler an und konnte einen Ertrag von über 150 Liter bekanntgeben. Aufgrund des sommerlichen Wetters verlagerte sich der Tag der offenen Tür vom FRITZ vor allem in den weitläufigen Garten. Kinderschminken und die Apfelschälmaschinen waren draußen der Renner, während innen alle 10 Kuchen bis zum letzten Krümel verspeist wurden. Der Höhepunkt war sicher die Zaubershow vom Zauberer Manioli aus Idstein. Mit verblüffenden Tücher- und Seiltricks begeisterte Manioli das Publikum und nicht nur die Kleinsten feuerten ihn bei seinen Zaubereien lautstark an. Die Vorsitzende vom Familienzentrum, Patricia Garnadt freute sich sehr, dass so viele Gäste gekommen waren. Als Ehrengäste konnte sie Ehepaar Beltz, sowie Herrn Brinkmann von der Paulinenstiftung begrüßen. Im Gemeindevorstand Niedernhausen hatte Herr Dr. Beltz maßgeblichen Anteil bei der Realisierung des Familienzentrums und betonte nochmals, dass er froh sei, dass Niedernhausen nun einen zentralen Ort für Begegnungen hat.

Frau Garnadt dankte dem Vertreter der Paulinenstiftung, Herrn Brinkmann für eine großartige Förderung von 120 neuen, stapelbaren Stühlen für den Saal. Weiteren großen Veranstaltungen steht somit nichts mehr im Weg.



Carola Hehner

Interessiert am Stricken, Häkeln oder Werkeln?

Handarbeitstreff/Kreativtreff im FRITZ



Es gibt schon einige interessierte Frauen, die im FRITZ Familienzentrum einen offenen Handarbeits- oder Kreativtreff gründen möchten. Ein fester Wochentag wurde noch nicht festgelegt, aber auf jeden Fall werden noch weitere Interessierte Männer und Frauen gesucht, die keine Lust aufs Alleinsein haben und stattdessen in herzlicher Gesellschaft gemeinsam kreativ sein möchten. Häkeln, Stricken, Kartenbasteln oder lieber Makramee knüpfen? Egal, in der Gruppe macht es viel mehr Spaß!

Infos bei Carola.Hehner@fritz-niedernhausen.de
oder 01511 7668459

Carola Hehner

Diakonieförderverein Niedernhausen e.V.



Der Diakonieförderverein ist eine zentrale Anlaufstelle für die ideelle und vor allem materielle Unterstützung der Diakoniestation Niedernhausen. Er wurde 1995 vom seinerzeitigen Gemeindepfarrer Oliver Albrecht – dem heutigen Propst für Rhein-Main – gemeinsam mit engagierten Menschen aus der Kirchengemeinde gegründet. Ziel war es damals, die Aktivitäten der damaligen „Schwesternstation“ langfristig finanziell zu fördern und abzusichern.

Inzwischen hat sich im Bereich der Alten- und Krankenpflege vieles verändert und die Diakoniestation in Niedernhausen ist aufgrund des steigenden häuslichen Pflegebedarfs beachtlich gewachsen. Doch der Förderverein möchte auch im 30. Jahr seines Bestehens dank stabiler Mitgliedsbeiträge und eingehender Spenden dazu beitragen, dass die Mitarbeitenden der Diakoniestation den Menschen mit all seinen Bedürfnissen und Wünschen in den Mittelpunkt stellen können. So kann eine bestmögliche Versorgung der Klienten und eine umfassende Hilfestellung für die pflegenden Angehörigen auch weiterhin gewährleistet werden.

Im Einzelnen geht es da z. B. um die Finanzierung von Kosten für gesundheitsorientierte Vorträge, Fort- und Weiterbildung

der Mitarbeitenden, Investitionshilfen in geeignete Hard- und Software und in die Nachhaltigkeit der eigenen Energieversorgung. Hinzu kommen die Mitfinanzierung von Werbemaßnahmen wie das leuchtende Diakonielogo an der Hausfassade oder die Folienbeschriftung auf den Dienstautos und nicht zuletzt die Anschaffung von Dienstkleidung.

Ein dickes „DANKESCHÖN“ geht an alle, die sich in den bisherigen 30 Jahren eingebracht haben oder noch immer einbringen und natürlich auch an alle Mitglieder und Spender.

Wer die Arbeit der Diakoniestation Niedernhausen unterstützen möchte, kann dies durch eine Spende tun:

IBAN: DE83 5109 0000 0070 3176 05

oder auch Mitglied des Diakoniefördervereins werden. Da der Verein ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke verfolgt, können finanzielle Zuwendungen steuerlich berücksichtigt werden.

Petra Heckmann

Mitgliedsantrag bitte an: **Diakonieförderverein Niedernhausen e.V. ♦ Ilfelder Platz 1 ♦ 65527 Niedernhausen**

✂-----

☐ ***Ich möchte Mitglied im Diakonieförderverein Niedernhausen werden.***

*Den regulären Jahresbeitrag in Höhe von **12 Euro** – oder einen freiwillig höheren Jahresbeitrag von _____ Euro – buchen Sie bitte ab Jahrgang _____ von meinem nachfolgend genannten Konto ab.*

Name: _____ Vorname: _____

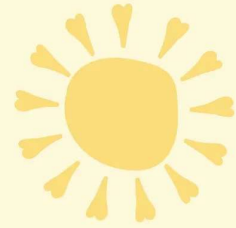
Adresse: _____

Geburtsdatum: _____ Mail oder Tel. _____

IBAN: _____ BIC: _____

Datum/Unterschrift: _____

Erlebnistage- Kirche



für alle Kinder im Grundschulalter

in den Herbstferien

Montag, 13.10. bis Mittwoch, 15.10. jeweils
von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr in
Maria Königin
Bahnhofstr. 26 Niedernhausen



Wir werden in in diesen Tagen eine
Schafherde besuchen!

Anmeldung an:

Tatjana Schneider: t.schneider@katholisch-idsteinerland.de

Maria Friedrich: m.friedrich@katholisch-idsteinerland.de

weitere Infos auf: katholisch-idsteinerland.de

Katholische Pfarrei
St. Martin Idsteiner Land

© by Canva

Gottesdienst am Reformationstag – Generationentreffen

„Wir wollen an Reformationstag einen klassischen Gottesdienst!“, höre ich eine Dame sagen, als ich die im Nachbarschaftsraum entstandene Idee vortrage, einen besonderen Gottesdienst am 31. Oktober anzubieten. Sie wissen schon: Die meisten – nicht nur jugendlichen – Menschen widmen sich an diesem Tag eher „Süßem oder Saurem“, verkleiden sich spukig, laden zu ulkig-fragwürdigen Buffets und Horror-Filmen ein oder tummeln sich an Feuerschalen und trinken gemeinsam etwas. Ja, sie zelebrieren Halloween. Noch vor einigen Jahren machte ich die Tür im Pfarrhaus auf und hielt einen Vortrag darüber, dass Reformationstag sei! Ist es ja auch! Einer der wichtigsten Tage, die man als Protestant:in im Kalender hat. Aber ich frag mal: „Was wollen wir denn eigentlich?“ Einen Reformationsgottesdienst, in dem nur wenige Menschen sitzen, während der Rest der Welt komplett anders im Sinn hat? Wäre es da nicht klüger und einen Versuch wert,

beides miteinander zu verbinden? Schließlich ging es Luther auch darum, der Angst der Menschen etwas entgegenzusetzen! Kurzum: Wir versuchen das in diesem Jahr. Unsere Konfis kommen! Rund 75 Jugendliche! Und Sie hoffentlich auch. Denn es ist uns total wichtig, das eine mit dem anderen in Einklang zu bringen, beide Bedürfnisse zu bearbeiten und vor allem auch für die Kinder und Jugendlichen eine Möglichkeit zu schaffen, Reformationstag kennen- und würdigen zu lernen. Wir feiern um 19.00 Uhr Gottesdienst in der Unionskirche und laden im Anschluss sowohl zum Lutherstammtisch als auch zur Halloween-Party auf zwei Stockwerken im Gemeindehaus ein. Wer weiß: Vielleicht kommt man ja ins Gespräch und es wird der unvergesslich schönste Reformationstag aller Zeiten.

Pfrin. Antonia von Vieregge und Pfrin. Dr. Daniela Opel-Koch



Konzert des Chor l'Espérance im Oktober

Am Samstag, den **25. Oktober um 19:00 Uhr** und am Sonntag, den **26. Oktober um 17:00 Uhr** ist der Chor L'espérance unter Leitung von Carsten Koch in der Unionskirche zu Gast.

Der Chor aus Okriftel mit seinem vielseitigen Repertoire – von Pop und Jazz bis hin zu klassischer Chormusik – ist durch seine modern arrangierten und mitreißenden Stücke bekannt.

In diesem Jahr präsentiert das Ensemble wieder viele bekannte Songs wie zum Beispiel „Oye como va“, „Route 66“, „Happy together“ und „I want it that way“.

Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.



Der nächste Newsletter
erscheint am 24.10.2025.
Einsendeschluss: 17.10.2025



So erreichen Sie uns

Evangelische Kirchengemeinde • Fritz-Gontermann-Straße 4 • 65527 Niedernhausen

Stiftung
Lebens räume
der Ev. Kirchengemeinde Niedernhausen

Pfarrer Stefan Comes

Pfarrstelle I, Fritz-Gontermann-Straße 2
Tel. 06127 999274

SComes@christuskirche-niedernhausen.de

Evangelisches Pfarrbüro

Fritz-Gontermann-Straße 4
Tel. 06127 2405

Kirchengemeinde.Niedernhausen@ekhn.de

Pfarrer/in Jürgen & Cornelia Seinwill

Pfarrstelle II, (Post: Fritz-Gontermann-Straße 4)
Tel. 06127 993015

CJSeinwill@christuskirche-niedernhausen.de

Gemeindepädagogin Lena Grossmann

Bereich Kinder, Fritz-Gontermann-Straße 2
Tel. 06127 999271 oder 0157 37860018

Lena.Grossmann@christuskirche-niedernhausen.de

Diakoniestation Niedernhausen

Ilfelder Platz 1
Tel. 06127 2685

diakoniestation.niedernhausen@ekhn.de

FRITZ Familienzentrum

Leiterin: Carola Hehner, Fritz-Gontermann-Straße 4
Tel. 01511 7668459

carola.hehner@fritz-niedernhausen.de

Ansprechpartnerinnen Seelsorge-Netz

Hiltrud Blau Tel. 0176 47981550
Anette Krüger Tel. 0178 5322998

seelsorge@christuskirche-niedernhausen.de

Impressum: Der Newsletter wird im Auftrag des Kirchenvorstands der evangelischen Kirchengemeinde Niedernhausen herausgegeben und verantwortlich redigiert von Conny Seinwill. Layout: Annette Prenzer