

Ich gestalte meine Zukunft mit Herz und Verstand

„Denn Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit“ (2. Timotheus 1,7)

1. Ich treffe Vorsorge für mein eigenes Leben

„Bereitet im Sommer die Speise ...“ (Sprüche 6,8)

Beispiele und Ideen

- ☐ Ich kümmere mich um Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Testament
- ☐ Ich rede offen mit meinen Kindern / Angehörigen
- ☐ Ich denke über meine Wohnsituation im Alter nach
- ☐ Ich suche mir Hilfe bei Garten, Putzen, ...
- ☐

2. Ich Sorge mich um die, die älter sind

„Einer trage des anderen Last ...“ (Galater 6,2)

Beispiele und Ideen

- ☐ Ich besuche regelmäßig eine Person, die allein lebt
- ☐ Ich biete Hilfe beim Einkauf, Fahrten im Alltag, ... an
- ☐ Ich telefoniere regelmäßig mit älteren Verwandten oder Freunden
- ☐ Ich bete für Ältere
- ☐

3. Ich entlaste und ermutige die Jüngeren

„Sei ein Vorbild für die Jüngeren ...“ (Titus 2,2-5)

Beispiele und Ideen

- ☐ Ich erzähle meinen Enkeln, was mir im Leben wichtig ist
- ☐ Ich spreche Anerkennung und Mut in die nächste Generation
- ☐ Ich bringe mich ein in die Nachbarschaft und in die Gemeinde
- ☐ Ich unterstütze wo ich kann (finanziell, Kinder hüten, Hausaufgabenhilfe ...)
- ☐