



Pilgern

Gemeinsam unterwegs

Konzept

| | | |
|----------|---|-----------|
| 1 | Einleitung | 3 |
| 1.1 | Was ist Pilgern..... | 3 |
| 1.2 | Motivation | 3 |
| 2 | Ziele für Bewohnerinnen und Bewohner | 4 |
| 2.1 | Eine Grenzerfahrung bewältigen..... | 4 |
| 2.2 | Spezifische Ressourcen fördern | 4 |
| 2.3 | Spiritualität erleben..... | 5 |
| 3 | Angebote | 6 |
| 3.1 | Dreitägige Pilgerwanderung | 6 |
| 3.2 | Pilgertag mit der Aktivierung Pflege | 6 |
| 4 | Kriterien für Bewohnende | 7 |
| 4.1 | Dreitägige Pilgerwanderung | 7 |
| 4.2 | Pilgertag | 7 |
| 5 | Organisation | 8 |
| 5.1 | Dreitägige Pilgerwanderung | 8 |
| 5.1.1 | Personelle Ressourcen..... | 8 |
| 5.1.2 | Budget | 9 |
| 5.1.3 | Tagesablauf..... | 9 |
| 5.2 | Pilgertag | 10 |
| 5.2.1 | Personelle Ressourcen..... | 10 |
| 5.2.2 | Budget | 10 |
| 5.2.3 | Tagesablauf..... | 10 |
| 6 | Evaluation | 10 |
| 7 | Anhang | 10 |

1 Einleitung

1.1 Was ist Pilgern

Seit Menschengedenken und in allen Kulturen und Religionen ist Pilgern bekannt. Das Wort „pilgern“ kommt vom Lateinischen „peregre“ und bedeutet „über den eigenen Acker hinausgehen“. Eine Pilgerin, ein Pilger bricht auf, um die vertraute Lebenswelt zu verlassen.

Im Mittelalter war Pilgern eine Fussreise zu einer religiösen Stätte mit dem Ziel des Sündenerlasses. Heute ist Pilgern ein Wandern mit spirituellen Aspekten und bereits der Weg das Ziel. Damals wie heute bewegen die Neugier auf das Fremde und die Sehnsucht nach Abenteuer und nach Ursprünglichkeit viele Menschen zu pilgern.

Der erfahrene Pilgerbegleiter Josef Schönauer beschreibt Pilgern mit folgenden Worten:

„Das Pilgern leistet einen Beitrag zur ganzheitlichen Gesundheit. Es hilft den Kopf „auszulüften“ und sich im wortwörtlichen Sinn neu zu „erden“. Das Schritt-für-Schritt vorangehen, das ganz „Bei-Sinnen-Sein“ in der Natur, die Reflektion und der Austausch über die gemachten Erfahrungen sind gerade dann eine Hilfe, wenn in der momentanen Lebensetappe ein eigentlicher „Berg“ vor einem liegt.... Die Erfahrung zeigt, dass Pilgerreisen zu eigenen Mitte und zur eigenen Kraft hinführen. Manche entdecken im Pilgern zu ihrer positiven Überraschung, wie viel Lebenskraft und Lebensfreue in ihnen schlummert.“

1.2 Motivation

Der Jakobsweg führt alle Jahre viele Pilgerinnen und Pilger nach Riggisberg. Manche davon benützen die Übernachtungsmöglichkeit im Schlossgarten Riggisberg (Schlogari). So entstehen immer wieder Begegnungen zwischen Bewohnerinnen und Bewohnern und Pilgerinnen und Pilgern, die von ihrem Weg erzählen.

Vielen Bewohnerinnen und Bewohnern ist Pilgern aber auch sonst ein Begriff, sei es durch eigene Erfahrungen, durch Angehörige, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die pilgern, oder durch Menschen, welche in den Medien von ihren Pilgererlebnissen berichten.

Die besonderen Erfahrungen, die Menschen beim Pilgern machen, sollen auch die Bewohnerinnen und Bewohner des Schlogaris machen können, und zwar unabhängig davon, wie mobil sie sind.

2 Ziele für Bewohnerinnen und Bewohner

Es gibt viele verschiedene Gründe, wieso Menschen pilgern. Die Motivation und die Gründe der Bewohnenden sind unterschiedlich. Für die Angebote im Schlogari stehen drei Ziele im Vordergrund:

2.1 Eine Grenzerfahrung bewältigen

Pilgern ist eine Herausforderung. Die körperlichen Strapazen des Wanderns, die Einfachheit der Unterkunft und der Mahlzeiten und das Unterwegssein in einer Gruppe bringen die Teilnehmenden an ihre persönlichen Grenzen. Es erfüllt die Teilnehmenden mit grossem Stolz, wenn sie eine solche Herausforderung gemeistert haben, und es ist für sie das ganze Jahr eine Motivation.

Auch für weniger mobile Teilnehmende am Pilgertag ist die Mitwirkung an diesem eine Herausforderung, auf die sie stolz sein können.

Aussage einer Bewohnerin:

„Ich gehe ab jetzt immer ins Nordic Walking und schaue auf mein Gewicht, damit ich nächstes Jahr wieder mit auf den Jakobsweg kann.“

2.2 Spezifische Ressourcen fördern

Pilgern ist eine Auszeit aus dem gewohnten Lebensalltag. In der neuen Situation des Pilgerns können die Bewohnerinnen und Bewohner ihre spezifischen Ressourcen und Fähigkeiten nutzen und weiterentwickeln wie Mithelfen beim Kochen und Feuer machen, Anpacken beim Transport, Karten lesen, Musik machen zur Unterhaltung und vieles mehr. So wird die Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit der Bewohnenden gefördert.

Am Pilgertag können spezifische Ressourcen der Teilnehmenden gefördert werden, indem z.B. mobilere Bewohnende weniger mobile Teilnehmende begleiten, Bewohnende beim Getränke verteilen mitwirken o.ä.

Aussage eines Bewohners:

„Für das Feuer bin ich zuständig.“



2.3 Spiritualität erleben

Pilgern hat eine spirituelle Dimension. Um diese wahrnehmen und bewusst erleben zu können, werden verschiedene Impulse angeboten. Dazu gehören auf der Pilgerwanderung pro Tag eine halbe Stunde im Schweigen wandern, Andachten feiern, gemeinsam singen und Erfahrungen in der Natur.

Am Pilgertag können weniger mobile Bewohnende Freude und Sinnlichkeit in der Natur erfahren und diese Stunden als spirituelle Erfahrungen individuell erleben und zelebrieren.

Aussage einer Bewohnerin:

„Die Jakobsmuschel habe ich in meinem Zimmer aufgehängt.“



3 Angebote

Um den unterschiedlichen Ansprüchen und Ressourcen der Bewohnerinnen und Bewohner gerecht zu werden, bestehen im Schlogari zwei Angeboten, nämlich die dreitägige Pilgerwanderung für rüstige Bewohnerinnen und Bewohner und der Pilgertag im Rahmen der Aktivierung für weniger mobile Bewohnende.

3.1 Dreitägige Pilgerwanderung

Die dreitägige Pilgerwanderung findet in der Regel anfangs oder Mitte September statt. Sie dauert von Mittwoch bis Freitag. Es nehmen zwischen 10 bis 15 Bewohnerinnen und Bewohner teil.

Die Wanderung wird von der Seelsorgerin gemeinsam mit drei Mitarbeitenden aus der Betreuung organisiert. Je nach Bedarf und Anzahl Bewohnender begleiten Freiwillige die dreitägige Wanderung.

3.2 Pilgertag mit der Aktivierung Pflege

Der Pilgertag wird mit der Aktivierung Pflege durchgeführt und soll möglichst vielen Bewohnenden offenstehen. Er dauert jeweils 1.5 Stunden. Pro Pilgerhalbtage nehmen etwa je 15 Personen teil. Die Mitarbeitenden Aktivierung Pflege thematisieren mit den Bewohnenden den Pilgertag und klären ab, wer gerne mitkommen möchte. Er wird in der Regel zweimal im und um den Schlogari durchgeführt.

Der Pilgertag wird von der Seelsorgerin gemeinsam mit der Leiterin der Aktivierung Pflege und einer Mitarbeiterin der Aktivierung Pflege vorbereitet. Je nach Aufwand (Rollstühle) und Anzahl Bewohnender begleiten weitere Mitarbeitende, Freiwillige und auch mobilere Bewohnende den Pilgertag.





4 Kriterien für Bewohnende

Die teilnehmenden Bewohnerinnen und Bewohner müssen je nach Angebot unterschiedliche Kriterien erfüllen, damit sie teilnehmen können.

4.1 Dreitägige Pilgerwanderung

Das Angebot richtet sich an Bewohnerinnen und Bewohner aus allen Wohngruppen und Abteilungen, welche gut zu Fuss sind, d.h. 4-6 Stunden pro Tag wandern können, und sich auf die Übernachtung unter einfachen Rahmenbedingungen einlassen können. Ebenfalls Voraussetzungen sind die Bereitschaft, sich auf die Gruppe und den Prozess einlassen zu können und die Bereitschaft, bei verschiedenen Tätigkeiten wie kochen, aus- und einladen etc. mitzuhelfen.

Bedingung für die Durchführung ist die Teilnahme von mindestens 8 Bewohnenden. Die Anzahl der Betreuenden und freiwilligen Mitarbeitenden richtet sich nach der Anzahl Bewohnenden, welche teilnehmen.

4.2 Pilgertag

Der Pilgertag richtet sich an weniger mobile Bewohnerinnen und Bewohner, hauptsächlich aus den Pflegeabteilungen. Es können auch Bewohnende im Rollstuhl teilnehmen. Zusätzlich können zum Mithelfen mobilere Bewohnende eingeladen werden. Er wird im und um den Schlogari durchgeführt.

Insgesamt werden 12 – 15 Bewohnerinnen und Bewohner für die Pilgertage eingeladen.

5 Organisation

5.1 Dreitägige Pilgerwanderung

5.1.1 Personelle Ressourcen

| Was | Inhalte | Wer | Aufwand |
|--------------------------|---|-------------------------------------|----------------|
| Zwei Planungssitzungen | <ul style="list-style-type: none"> - Festlegen Route und Daten Pilgerwanderung, Info- und Auswertungsabend - Aufgabenverteilung - Erstellen Tagesprogramm - Planung Infoabend und Fotorückblick | Seelsorgerin und drei Mitarbeitende | 2 Std./MA |
| Auswertungssitzung | <ul style="list-style-type: none"> - Rückblick - Erkenntnisse - Evaluation | Seelsorgerin und drei Mitarbeitende | 0.5 Std./MA |
| Ausschreibung | <ul style="list-style-type: none"> - Koordination mit der Leitung ABI (Datum, Route, Kosten) - Rückfragen auf Wohngruppen | Seelsorgerin | 2 Std. |
| Kontakte zu Freiwilligen | <ul style="list-style-type: none"> - Gespräche - Abklärungen | Seelsorgerin | 1 Std. |
| Spirituelle Angebote | <ul style="list-style-type: none"> - Planung Inputs - Tagesinhalte - Tagesausklang | Seelsorgerin | 5 Std. |
| Rekognoszieren | <ul style="list-style-type: none"> - Abklärung Route - Ablaufen/-fahren Route - Reservation Unterkunft | Mitarbeitende | 13 Std. |
| Infoabend | <ul style="list-style-type: none"> - Planung und Organisation - Einstimmung mit Input, Film etc. - Vorstellen Route | Seelsorgerin | 1.5 Std. |
| Fotorückblick | <ul style="list-style-type: none"> - Organisation und Planung - Vorführung | Mitarbeitende | 1.5. Std. |
| Logistik | <ul style="list-style-type: none"> - Reservation Bus und Anhänger - Material zusammenstellen - Verpflegung organisieren (Menüplan, Einkaufsliste etc.) | Mitarbeitende | 4 Std. |
| Finanzen | <ul style="list-style-type: none"> - Budget erstellen - Kostengutsprachen einholen - Abrechnung erstellen | Mitarbeitende | 2.5 Std. |
| Medikamente | <ul style="list-style-type: none"> - Kontakt mit Wohngruppen betreffend Bewohnende - Organisation Medikamentenmitgabe mit WGs | Mitarbeitende | 1.5 Std. |
| Total | | | 42 Std. |

5.1.2 Budget

Das Budget wird jedes Jahr neu erstellt und richtet sich nach der Route, der Art der Unterkunft und der Anzahl Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Die Kosten für die Bewohnenden betragen in der Regel erfahrungsgemäss CHF 220.--.

Der Schlogari übernimmt folgende Kosten gemäss Reglement Bewohnendenferien:

- Verpflegungskosten pro BW pro Tag CHF 15.—
- Entschädigung Bus für drei Tage CHF 130.—
- Entschädigung Mobile pro MA pro Tag CHF 20.—

5.1.3 Tagesablauf

| | | |
|--------|-----------|--|
| 1. Tag | Vormittag | <ul style="list-style-type: none"> - Gemeinsames Morgenessen - Vorbereitung Lunchpakete - Verladen Gepäck - Abfahrt - Erste Etappe Pilgern |
| | Mittag | <ul style="list-style-type: none"> - Picknick aus dem Rucksack - Pilgerandacht unterwegs - Zweite Etappe Pilgern |
| | Abend | <ul style="list-style-type: none"> - Unterkunft beziehen - Kochen und Abendessen - Schlussrunde |
| 2. Tag | Vormittag | <ul style="list-style-type: none"> - Frühstück - Kurze Besinnung - Dritte Etappe Pilgern |
| | Mittag | <ul style="list-style-type: none"> - Picknick aus dem Rucksack/Bräteln - Andacht unterwegs - Vierte Etappe Pilgern |
| | Abend | <ul style="list-style-type: none"> - Kochen und Abendessen - Schlussrunde |
| 3. Tag | Vormittag | <ul style="list-style-type: none"> - Frühstück - Kurze Besinnung - Fünfte Etappe Pilgern |
| | Mittag | <ul style="list-style-type: none"> - Picknick/Bräteln - Andacht unterwegs - Sechste Etappe Pilgern - Rückfahrt |
| | Abend | <ul style="list-style-type: none"> - Ausladen und Material versorgen - Gemeinsames Abendessen im Restaurant - Schlussauswertung - Bus und Anhänger zurückbringen |

5.2 Pilgertag

5.2.1 Personelle Ressourcen

Die Seelsorgerin, die Leiterin und eine Mitarbeiterin Aktivierung Pflege planen ein auf die Gruppe abgestimmtes Programm mit Inputs und Liedern und führen dieses durch. Die Aktivierung Pflege organisiert Stühle, Tische, Deko, Getränke und einen Snack aus der Küche.

Der Aufwand pro Mitarbeiterin beträgt für die Vorbereitungssitzung (1 Std.), die Organisation (2 Std.) und die Auswertung (0.5 Std.) insgesamt 10 Std.

5.2.2 Budget

Es entstehen geringe zusätzliche Materialkosten im Rahmend es ordentlichen Budgets.

5.2.3 Tagesablauf

| | |
|-----------------------|---|
| 09.30 Uhr / 14.00 Uhr | Start des Pilgertags - Begrüssung - Kurze Andacht mit Lied und Abendmahl - Gemeinsames Unterwegssein - Zvieri am Nachmittag |
| 11.00 Uhr / 15.30 Uhr | Schluss des Pilgertags |

6 Evaluation

Nach der dreitägigen Pilgerwanderung wie auch dem Pilgertag finden Auswertungssitzungen mit den Teilnehmenden und den Mitarbeitenden statt. Hier werden Erkenntnisse aus den Anlässen diskutiert, gesammelt und im Hinblick auf die nächsten Anlässe dokumentiert. Es wird ein Auswertungsformular erstellt, welches die Teilnehmenden nach den Anlässen ausfüllen. Dieses wird ausgewertet und die Erkenntnisse diskutiert, gesammelt und im Hinblick auf die nächsten Anlässe dokumentiert.

7 Anhang

Weitere Dokumente zur Organisation wie z.B. eine Packliste, Ausschreibungsvorlagen, Abrechnungsbeispiele etc. sind im Laufwerk T unter „Pilgerwanderung“ abgelegt.

