



Der letzte Kindergottesdienst für 10- bis 14-jährige Kinder vor den langen Sommerferien fand am 12. Juli 2026 in Oer-Erkenschwick statt.

Wir packen unseren Ferienrucksack

Passend zur bevorstehenden Ferienzeit begann der Kindergottesdienst mit einem greifbaren Einstieg. Diakonin Silke Osthoff begrüßte die Kinder mit einem gut gefüllten Rucksack und fragte: „Bald beginnen die Ferien – freut ihr euch schon? Was packt ihr in eure Reisetasche?“

Nach einem "Juhu" für die baldigen Ferien, wurden die verschiedenen Gegenstände aus dem Rucksack entdeckt: Eine Sonnenbrille und Sonnencreme als Sonnenschutz, ein Ladekabel um das Handy regelmäßig mit neuer Energie zu versorgen, ein Erste-Hilfe-Set für Schutz und Fürsorge, ein Spiel zur Unterhaltung und für die Gemeinschaft, die Comic-Bibel für geistliche Nahrung und Orientierung. Auch eine Trinkflasche gehörte selbstverständlich dazu.

Für unseren Urlaub wollen wir gut vorbereitet sein - Körper und unsere Seele brauchen ebenso Fürsorge.

Mit dieser anschaulichen Einführung leitete Diakonin Silke Osthoff zum Gottesdienstthema über:

"Schutz, Nahrung, Fürsorge, Aufladen darüber sprechen wir heute"

Auftanken wie Jesus - Warum Pausen wichtig sind

Priester Markus Mettenmeyer griff den Gedanken der bevorstehenden Ferien nach der Verlesung des Textwortes auf.

Textwort stand in Markus 6,30-31: *"Und die Apostel kamen bei Jesus zusammen und verkündeten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. Und er sprach zu ihnen: Geht ihr allein an eine einsame Stätte und ruht ein wenig. Denn es waren viele, die kamen und gingen, und sie hatten nicht Zeit genug zum Essen."*

Er erinnerte die Kinder daran, dass Ferien weit mehr bedeuten als schulfrei zu haben. Nach einem anstrengenden Schuljahr sei es wichtig, neue Kraft zu sammeln – nicht nur für den Körper, sondern auch für die Seele.

Dabei stellte er den Bezug zum Bibelwort her. Selbst Jesus erkannte, dass seine Jünger erschöpft waren, und sprach zu ihnen: „Kommt mit an einen einsamen Ort und ruht ein wenig aus.“ Pausen seien kein Zeichen von Schwäche, sondern notwendig, um wieder Kraft zu gewinnen und mit Gott neu beginnen zu können. So wie ein Handy nur funktioniert, wenn sein Akku regelmäßig aufgeladen wird, brauche auch jeder Mensch Zeiten des Innehaltens und der Erholung.

Interaktiv entdecken: Was tut Körper und Seele gut?

Dabei wurden die Kinder selbst aktiv. In einem sogenannten „4 Ecken Konzept“ beschäftigten sich die Kinder an vier Stationen mit den Fragestellungen:

- Was tut meinem Körper gut?
- Was tut meiner Seele gut?
- Wofür möchte ich mit in die Ferienzeit nehmen?

Die Antworten wurden in die nachfolgenden Kategorien eingeordnet:

- Ruhe
- Bewegung
- Nahrung
- Beschäftigung.

Die Kinder brachten zahlreiche persönliche Ideen ein. Genannt wurden unter anderem ausreichend Schlaf, Schwimmen, Sport, Fahrradfahren, gutes Essen, Zeit mit Familie und Freunden, Musik, Lesen, Spielen, gemeinsames Erleben, aber auch Gebet, Stille und bewusstes Entspannen. Alle Gedanken wurden auf Karten gesammelt und an einer Pinnwand zusammengetragen.

Priester Markus Mettenmeyer griff nochmal die vielen Beiträge auf und übertrug sie auf das geistliche Leben. So wie unser Körper gesunde Nahrung, Bewegung und Erholung benötigt, brauche auch unsere Seele geistliche Nahrung. Diese empfangen wir im Gebet, im Gottesdienst, durch Gottes Wort, in der Gemeinschaft der Glaubensgeschwister und besonders in der Vorbereitung auf das Heilige Abendmahl.

Ballast abgeben und gestärkt weitergehen

Auch in der Vorbereitung auf das Heilige Abendmahl griff Priester Frank Peter Kulas den Gedanken des Auftankens noch einmal auf. Dazu hielt er eine fünf Kilogramm schwere Hantel in die Höhe und fragte die Kinder, ob jemand diese wohl freiwillig mit in den Urlaub nehmen würde. Schnell war allen klar: Einen so schweren Ballast würde niemand unnötig im Rucksack tragen wollen.

An diesem anschaulichen Beispiel machte er deutlich, dass auch wir oft Belastungen, Sorgen oder Schuld mit uns herumtragen. Jesus lädt uns jedoch ein, diesen Ballast bei ihm abzugeben. Besonders in der Sündenvergebung dürfen wir erfahren, dass Gott uns entlastet und unser Herz

wieder leicht werden lässt. So können wir gestärkt und mit neuer Kraft am Heiligen Abendmahl teilnehmen.

Nach der Feier des Heiligen Abendmahls wurde gemeinsam den Geburtstagskindern mit einem fröhlichen „Happy Birthday“ gratuliert. Anschließend fanden der Religions- und der Konfirmandenunterricht statt.

Der Kindergottesdienst machte den Kindern auf leichte und interaktive Weise deutlich, dass echte Erholung weit mehr bedeutet als Ferien oder Freizeit. Wer sich bewusst Zeit für Gott nimmt, findet Ruhe, neue Kraft und Orientierung – ganz so, wie Jesus es seinen Jüngern vorgelebt hat.

12. Juli 2026

Text: Silke Osthoff

Fotos: Silke Osthoff

