



**Kirchengemeinden Appenheim,  
Nieder-Hilbersheim und Ober-Hilbersheim**



Gott,  
in unruhigen Zeiten denke ich an dich,  
viele Fragen beschäftigen mich:  
Warum das alles? Wie lange noch?  
Was kommt noch auf uns zu?  
Gott, laß uns nicht allein!  
Ich denke an alle, die mir nah' sind.  
Behüte sie, behüte uns!  
Dein Segen sei mit uns auch in Angst und Sorge.  
Amen

EGplus, Nr. +143: „**Behutsam leise**“



1. Es werde Licht an diesem Morgen,  
in dem das Alte neu erstrahlt,  
erscheinen wird, was noch verborgen,  
in Farben bunt das Leben malt.  
Es werde Licht für die Menschen in jedem  
Land. Halt über uns deine segnende Hand.

*Refrain*

Be - hut - sam lei - se nimmst du fort die  
Dämm - rung von der Er - de, sprichst  
je - den Mor - gen neu dein Wort: Es  
wer - de, es wer - de. wer - de.

**An alle unsere Alltagsheldinnen & Alltagshelden!**

Allen, die gegen Corona im Einsatz sind!  
Allen, die sich unermüdlich für unsere Gesundheit einsetzen!  
Allen, die arbeiten um uns mit Lebensmitteln zu versorgen!  
Allen, die sich um die Pflege Anderer kümmern!  
Allen, die unsere tägliche Post zustellen!  
Allen, die für unsere Sicherheit sorgen!  
Allen, die ihrer gewohnten Arbeiten nachgehen!  
Allen, die für den Zusammenhalt in unserer Gesellschaft Sorge tragen!

Liebe Welzbachtalerinnen! Liebe Welzbachtaler!

Kennen Sie das noch, man ist gerade mal fünf Kilometer gefahren und von der Rückbank kommt die Frage: „Wie lange dauert es denn noch?“ Diese Frage beschäftigt wahrscheinlich in diesen Tagen besonders viele: „Wie lange dauern die Kontaktsperren, die Abstandsregeln im öffentlichen Raum, das Home-Office, die Besuchsverbote in Krankenhäusern und Seniorenheimen, die geschlossenen KiTas und Schulen, das Verbot Spielplätze aufzusuchen, die Reisebeschränkungen, die Grenzkontrollen und die Staus davor eigentlich noch? Wie lange wird die Krise noch anhalten und wie lange müssen wir mit der Angst krank zu werden zurechtkommen?

Niemand wird uns zum jetzigen Zeitpunkt eine Antwort geben, weil niemand den Verlauf der Krise voraussehen kann. Und da das so ist, gilt es die Nerven zu bewahren. Doch wenn Menschen auf engstem Raum leben müssen und in ihrer Freiheit beschränkt sind, dann kommt schnell der Lagerkoller auf. Dann ist man schnell auf 180 und leider oft genervt von denen, die man doch gerne um sich hat. Also was hilft uns gegen den Lagerkoller?

Ich persönlich finde ja die Idee Steine bunt zu bemalen und sie im Ort zu verteilen genial – Ostereiersuche mal anders! Vielleicht habt ihr euch auch die Tipps des Kölner Astronauten Alexander Gerst am Donnerstag-

nachmittag gesehen. Seine Ratschläge **gegen den Lagerkoller** als Profi in Sachen Isolation lauten: „*Kleine Highlights schaffen, die Kontrolle behalten und große Herausforderungen im Team bewältigen.* Wer gerne das Interview in Ausschnitten sehen möchte, hier der Link: <https://www1.wdr.de/nachrichten/themen/coronavirus/astro-alex-gerst-corona-100.html>

Was tun, wenn man nicht weggehen kann? Vielleicht mal **im Museum vorbeischaun**? Kein Witz. Das ist virtuell schon längst möglich. Klickt euch mal rein unter: <https://stadtleben.de/deutschland/guide/virtuelle-museen/> und entdeckt völlig neue Einblicke in die Welt der Museen ganz bequem von der Couch aus.

Ich lade ein, einmal den **living room** zu besuchen. Jeden Freitag um 19.00 Uhr bietet unsere Landeskirche einen Gottesdienst für zuhause an. Hier findet ihr den Gottesdienst von letzten Freitag: <https://www.youtube.com/watch?v=glqG8d6WT1k>

Unsere **Gemeindepädagogin Margarete Ruppert** hat einen **Block** in's Leben gerufen: [Verbunden-trotz-isolation.blogspot.com](https://www.verbunden-trotz-isolation.blogspot.com) Und bietet für unsere Jugendlichen Treffen via **zoom** an - **0157/80469417**.

Hinweisen möchte ich noch auf die ZDF-Fernsehgottesdienste sonntags um 9.30 Uhr – die ev. Gottesdienste kommen aus der Saalkirche in Ingelheim.

**In aller Demut und Sanftmut, in Geduld. Ertragt einer den andern in Liebe.** Epheser 4, 2