

# Urlaub ohne Koffer für Menschen 60 plus – eine stärkende Erfahrung

*Von Judith Weiler*

6. Aug. 2025



Mitte Juli trafen sich zwölf Teilnehmende im Seniorenzentrum Heimathaus in Bessungen, um gemeinsam drei Tage zu verbringen. Dieses Jahr ging es um die Schätze des Lebens. Vormittags gaben Erika Ochs, Seniorenseelsorge im Bistum Mainz, und Judith Weiler, Seelsorgerin im Pastoralraum Darmstadt-Mitte, Impulse, die zum Nachdenken und Austausch über sich, das Leben und die Welt anregten und halfen, den eigenen Lebensfragen auf die Spur zu kommen. Am Nachmittag wurde gespielt und gebastelt, und am letzten Tag wurde sogar ein Ausflug ins benachbarte Dieburg unternommen. Die erstmalige Kooperation mit dem Altenzentrum „Heimathaus“ war eine tolle Erfahrung. Neben herrlichen Räumen, die uns zur Verfügung standen, konnten wir auch den Cateringservice des Hauses nutzen, sodass die Begleitenden sich ganz dem Inhalt und den Teilnehmenden widmen konnten.

Die Rückmeldungen aller Teilhabenden waren sehr positiv. Sie reichten von „Können wir im Herbst wieder einen Urlaub gemeinsam verbringen?“ über „Ich habe einige anregende Gedanken und Themen mit nach Hause genommen. Besonders das Thema „Loslassen“ hat in mir gearbeitet.“ bis zu „Urlaub ohne Koffer ist besser als Urlaub mit Koffer.“