



## Liebe DJKlerinnen und DJKler,

Weihnachtsbesinnung

### Lichtträger\*innen

Lichterketten, funkelnde Sterne in den Fenstern, leuchtende Rentiere mit Weihnachtsmann aus Plastik im Vorgarten, Weihnachtsdeko an Hauswänden mit Glühbirnen und LED-Leuchten – all das, so haben wir im Vorfeld schon gehört und wir können es auch in unseren Straßen wahrnehmen – all das fällt in diesem Jahr nicht ganz so üppig und überbordend aus. Wir sollen ja Energie sparen, weniger Strom, weniger heizen – all das kostet ja auch mehr. Aber vor allem wir wollen in der Solidarität mit den nach wie vor vom Krieg geplagten Menschen in der Ukraine bleiben. Dafür nehmen wir die Einschränkungen gerne an – die doch klein sind im Verhältnis zu denen in diesem brutal überfallenen Land und zu denen, die in manchen Gebieten der Erde auch indirekt betroffen sind, weil die Nahrungsmittel knapper und teurer werden.

Und doch: auch in dieser Weihnacht soll es nicht dunkel bleiben.

Vielleicht werden wir in diesem Jahr wieder etwas mehr in den tieferen Sinn der Weihnacht hineingenommen. Ein weihnachtlicher Mensch glaubt daran, dass das Licht stärker ist als die Finsternis, dass die Liebe den Hass und die Gleichgültigkeit besiegt.

Ein solcher weihnachtlicher Mensch war der heilige Josef, der immer so am Rande des Geschehens steht. Aber er glaubte dem Engel im Traum, dass er so wichtig ist dem Gottes Sohn einen Platz in dieser Welt zu verschaffen. Er beschützt die Mutter des Kindes, er sucht nach einer Unterkunft, dass das Kind zu Welt kommen kann.

Vielleicht können auch wir solche weihnachtlichen Menschen sein, die Gott einen Platz geben in dieser Welt, damit er ankommen kann. Und ich meine, dieser Platz ist zuerst und vor allem in unserem eigenen Herzen. Räumen wir das, was sich da in unserem Inneren an Unrat und Unnötigem angesammelt hat, beiseite, damit wir auch wir selbst sein können. Und dann kann das Licht der Weihnacht in uns auch zum Leuchten kommen und wird nicht verdunkelt.

In einem Gedicht (von Anselm Grün), das mir jemand in diesen Tagen zugeschickt hat, heißt es:

„Wenn du versuchst so zu leben, wie Gott dich gemeint hat, wenn du dein ursprüngliches Bild in dieser Welt sichtbar werden lässt, dann trägst du dazu bei, dass diese Welt heller und heiler wird. Wenn wir miteinander so leben, wie Gott es uns zutraut, dann werden wir immer mehr die Nacht dieser Welt erleuchten und zu Hoffnungsträgern werden. Dort, wo du lebst, leuchtet dann mitten in der Nacht, ein Licht, ein Stern. Auch wenn er noch so klein ist. Aber dieser eine Stern - verwandelt die Nacht.“

Vielleicht brauchen wir ja auch gar nicht so viele Lichterketten und Glitzerdeko. Der hellste Stern, das wärmste Licht ist für uns Jesus Christus – ihm öffnen wir die Tür unseres Herzens, dass er in unsere Dunkelheit leuchtet und wir in seinem Widerschein auch für einander ein Licht sind.

Ich wünsche Ihnen, Ihrer Familie und ihrem ganzen DJK Verein ein friedvolles Weihnachtsfest und ein gesegnetes neues Jahr 2023

## Aktuelle Informationen

### Fit und bewegt ins Alter



**Fortbildung für Übungsleiter in der Seniorenarbeit**  
Der DJK Diözesanverband Freiburg war Ausrichter eines Seminars für Übungsleiter, die in ihren Vereinen oder Institutionen ein Fitnessprogrammangebot für Senioren anbieten. Die DJK Villingen übernahm die Organisation.  
[mehr ...](#)

---

### 13 Teilnehmende bei der 20. Ausbildung



**DJK-Übungsleiterausbildung 2022 erstmals in der Sportschule Schöneck**  
Erstmals wurden 13 DJK-Übungsleitende in der Sportschule Schöneck bei Karlsruhe ausgebildet und erhielten ihre DOSB-Lizenzen (Deutscher Olympischer Sportbund). Es war eine gelungene Premiere in der Sportschule des Badischen Fußballverbandes. Bei hervorragenden Arbeitsbedingungen und bestem Wetter konnte die Ausbildung Ende Oktober optimal umgesetzt werden. Die 13 Teilnehmenden erlebten eine anstrengende Zeit rund um das Thema „Der Mensch im Sport“. Gemeinsam wurden die Aufgaben und Herausforderungen miteinander gelöst und tolle Erfahrungen und Erlebnisse gemacht. So entstand eine wirklich intensive und engagierte Gemeinschaft. Die Zeit war prägend und nachhaltig.  
[mehr ...](#)

---

### DJK-Sportverband nimmt Stellung zur WM in Katar „Wir müssen das Thema weiter ansprechen und Druck entfalten.“



**Pressemitteilung**  
Langenfeld (16.11.2022). Das Eröffnungsspiel der Fußball-Weltmeisterschaft am 20. November 2022 rückt näher, der DJK-Sportverband als wertorientierter, christlicher Verband schaut sehr genau nach Katar. DJK-Präsidentin Elsbeth Beha sagt: „Überall im Sport sollte verantwortungsvoll und wertebasiert gehandelt werden, das gilt nicht nur für den Fußball. Aber er hat einen Stellenwert innerhalb der Gesellschaft wie keine andere Sportart und deshalb sollte er seine Bedeutung verantwortungsvoll nutzen und den Finger in die Wunde legen, wenn Ungerechtigkeiten geschehen.“

[mehr ...](#)

---

## Auch Sportvereine profitieren vom Energiepreisdeckel



Gute Nachrichten für die Sportvereine: Bundeskanzler Olaf Scholz und die Ministerpräsidentinnen und Ministerpräsidenten der Bundesländer haben in ihrer Sitzung am 2. November über die Energiepreisbremse für Gas und Strom neben Unternehmen und Haushalten ausdrücklich auch die Sportvereine mit einbezogen.

[mehr ...](#)

## Die nächsten Veranstaltungen

### Bundesjugendtag



**Fr. 13.01.2023, 17:00 Uhr - So. 15.01.2023, 12:30 Uhr  
- in Göttingen**

Einladung  
zum Bundesjugendtag der DJK Sportjugend vom 13. -  
15. Januar 2023 in Göttingen.

**Göttingen**

[mehr ...](#)

### DJK Begegnungstreffen Jugend



**Fr. 03.03.2023 - So. 05.03.2023**

**Sportschule Schöneck**

[mehr ...](#)

### DJK Gymnastiktreff



**Sa. 11.03.2023 - weitere Informationen folgen**

**DJK Au am Rhein**

[mehr ...](#)

### Diözesantag 2023

**Sa. 25.03.2023 - 25. März 2023 - save the date**

Liebe DJK-Vereine,

bitte reserviert euch schon einmal den nächsten Diözesantag,  
am 25. März 2023, in euren Kalendern. Gastgeberin wird die  
DJK Donaueschingen e.V. sein.



Weitere Informationen folgen.

**Donaueschingen**

mehr ...

---

## DJK-Übungsleitenden B-Lizenz-Ausbildung 2023



**Mo. 17.04.2023 - Fr. 21.04.2023 - Sport in der Prävention**

Die Veranstaltung eignet sich für Bildungszeit. Eine Beurlaubung nach dem Bildungszeitgesetz BW ist möglich.

In 60 Lerneinheiten (1 LE = 45 Minuten) werden bereits im Verein tätige lizenzierte Übungsleitende C, für die Arbeit mit DJK-Sportgruppen im Bereich der Prävention fit gemacht und qualifiziert. Mit dieser Ausbildung soll der großen Nachfrage nach Qualifikation Rechnung getragen werden.

**Sportschule Schöneck**

mehr ...

---

## Vergleichskampf im Kegeln für Menschen mit einer geistigen Behinderung

**Sa. 06.05.2023**

**St. Leon-Rot**

mehr ...



---

## Ausbildung zum spirituellen Nordic Walking Instructor



**Mo. 08.05.2023, 10:00 Uhr - Mi. 10.05.2023, 16:00 Uhr - Ausbildungswoche**

Wer sich bewegt und gehend auf den Weg macht, bekommt den Kopf frei und öffnet sich für Gedankenanstöße und neue Erfahrungen. Dieser Erkenntnis nachkommend bietet die Ausbildung zum spirituellen DJK-Nordic Walking Instructor sowohl Menschen aus dem Sport, wie dem kirchlichen Bereich, kreative Hilfe für ihre jeweilige Arbeit an.

**Sportschule Schöneck**

mehr ...

---

## Lehrgang Bewegungserziehung

**Mo. 22.05.2023 - Mi. 24.05.2023 -**

**BEWEGUNGSERZIEHUNG: Flitzen, kraxeln,**



### **schaukeln – Bewegungsförderung im KiTa-Alter**

Die Fortbildung vermittelt in Zeiten von zunehmendem Bewegungsmangel bei Kindern adäquate Möglichkeiten für eine kindgemäße Bewegungserziehung. Es werden umfangreiche praktische Anregungen sowie theoretische Hintergründe rund um das Thema Bewegung mit Kindern im Alter von zwei bis sieben Jahren vermittelt.

**Steinbach**

mehr ...

---

### **Fortbildung „Windelflitzer“**



**Do. 25.05.2023**

Die Fortbildung bietet vielfältige Übungsbeispiele, Anregungen und Impulse für die Arbeit mit Kindern im Alter von 6 Monaten bis 3 Jahren. Sie ist sowohl für die Tätigkeit im Sportverein als auch in Kindertageseinrichtungen geeignet. Zudem soll ein Austausch unter Fachleuten (Teilnehmenden) stattfinden, die sich mit dieser Altersklasse beschäftigen. Gerne kannst Du eigene Ideen und Eindrücke aus Deiner Arbeit aktiv in die Fortbildung einbringen.

**Steinbach**

mehr ...

---

### **Sportexerzitien am Wasser**



**So. 18.06.2023, 18:00 Uhr - Fr. 23.06.2023, 14:00 Uhr  
- Bewegung und Besinnung**

Es handelt sich hierbei um ein ganzheitliches Angebot, welches versucht, Exerzitienelemente (wie geistliche Impulse, Schweigen, Gottesdienst, Gespräche) und Sportelemente (bspw. Aquajogging, Aquafitness, Standup-Paddeln, Kanufahren, Schwimmen ...) zu verbinden.

**Bodensee**

mehr ...

---

### **Bergexerzitien 16. bis 21. Juli 2023**



**So. 16.07.2023 - Fr. 21.07.2023, Ganztags -  
unterwegs von Hütte zu Hütte**

Das Gebirge ist ein wunderschöner Ort. Es kann uns erinnern an Fragen, die uns jetzt oder schon lange begleiten. Und es kann uns einweisen in Erfahrungen der Stille, Einsamkeit, Weite und Tiefe. Erfahrungen, die jeden ernsthaften spirituellen Weg begleiten.

**von Hütte zu Hütte in den Alpen**

mehr ...

---

### **Bergexerzitien 03. bis 08. September 2023**

**So. 03.09.2023 - Fr. 08.09.2023, Ganztags - unterwegs von Hütte**



### zu Hütte

Das Gebirge ist ein wunderschöner Ort. Es kann uns erinnern an Fragen, die uns jetzt oder schon lange begleiten. Und es kann uns einweisen in Erfahrungen der Stille, Einsamkeit, Weite und Tiefe. Erfahrungen, die jeden ernsthaften spirituellen Weg begleiten.

### von Hütte zu Hütte in den Alpen

mehr ...

---

## Liebe DJKlerinnen und DJKler,

Wir sind daran interessiert zu erfahren, was bei Ihnen in den Vereinen alles passiert. Und wir sind daran interessiert, dass Sie erfahren, was in den anderen Vereinen oder im Verband gerade aktuell ist. Deshalb leiten Sie den Newsletter gerne weiter oder empfehlen Sie ihn. Schreiben Sie an [djk@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:djk@seelsorgeamt-freiburg.de), wenn bei Ihnen interessante Veranstaltungen stattfinden!

Weiterhin sind wir darauf angewiesen, dass der Newsletter verbreitet wird. Anmeldungen bitte über diesen Link: [https://djk-dv-freiburg.de/news\\_anmeldung](https://djk-dv-freiburg.de/news_anmeldung)

[mehr ...](#)

---

### Impressum

© DJK-Sportverband Diözesanverband Freiburg e.V.

Diözesanstelle  
Okenstraße 15, 79108  
Freiburg  
0761/5144-248

Claudia Jörder, Vorsitzende  
Heidelberger Str. 23  
69221 Dossenheim

[djk@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:djk@seelsorgeamt-freiburg.de)

Weitere Personen können sich über diesen Link zum Newsletter anmelden:  
[https://djk-dv-freiburg.de/news\\_anmeldung](https://djk-dv-freiburg.de/news_anmeldung)

Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten möchten, [können Sie sich hier abmelden.](#)