

04.04.2024 um 18:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Lena Giel,

Pastoralreferentin und Jugendseelsorgerin im katholischen Jugendbüro Südhessen

Halbzeit - drei Wochen Ferien in Hessen

Moderator/in: *Drei Wochen Ferien in Hessen. Die Hälfte ist jetzt schon rum. Lena Giel von der katholischen Kirche, was sollten wir jetzt in den Ferien unbedingt noch unternehmen?*

Ideen hätte ich schon! In unserem schönen Hessen gibt's ja so viel: Freizeitparks, Museen, Städte, Natur. Aber ich persönlich würde mir die Ferien nicht zu vollladen. Ich hab manchmal das Gefühl, es geht nur noch darum, wer mehr erlebt hat oder die besten Fotos geschossen hat. Und nach den Ferien oder dem Urlaub geht's bei vielen stressig weiter: Arbeit, Schule, Prüfungen...

Also bist du dafür, es in den Ferien eher ruhig angehen zu lassen?

Genau! Das brauchen wir einfach manchmal: nichts tun und faulenzen. Oft gönnen wir uns Ruhe nur noch, wenn wir mal krank sind - zumindest ist das bei mir so. Aber eigentlich ist es wichtig, sich immer mal Pausen zu gönnen - und Kraft zu tanken. Wie mein Handy muss auch ich meinen Akku aufladen, sonst bin ich irgendwann komplett ausgebrannt. Schon in der Bibel, ganz am Anfang, als die Welt erschaffen wird, ist das auch Thema. In sechs Tagen, so wird es erzählt, erschafft Gott die Welt und am siebten Tag: da ruht er sich aus. Also einfach so wie Gott machen: ausruhen und die Ferien genießen.