



Frauenbund Schweiz

Solidaritätsfonds für Mutter und Kind

hilft engagiert und schnell

50 Jahre Solidaritätsfonds für Mutter und Kind

Gottesdienst 2026

Sehen, was Mütter und Kinder brauchen

- *Laut Kollektenplan wird das Kirchenopfer für den Solidaritätsfonds für Mutter und Kind am 11. Januar 2026 eingezogen. Der Jubiläumsgottesdienst kann aber auch an einem anderen Tag gefeiert werden.*
- *Alle Informationen, Ideen und Materialbestellungen für das Jubiläum 50 Jahre Solidaritätsfonds für Mutter und Kind sind hier zu finden: frauenbund.ch/unsere-werke/solidaritaetsfonds/der-solidaritaetsfonds/50-jahre-sofo*
- *Dieser Gottesdienst ist als Gottesdienst für Klein und Gross konzipiert. Er kann als Pfarreigottesdienst mit Brot-, Kommunion- oder Eucharistiefeier gehalten werden. Bei einer Brotfeier wird richtiges (selbstgebackenes) Brot miteinander geteilt. In etwas abgeänderter Form kann er auch als Frauengottesdienst gefeiert werden. Bei kleineren Gruppen eignet sich der Gottesdienst zum Feiern in einem Kreis.*
- *Für einen Pfarreigottesdienst ist es sinnvoll, speziell Kinder einzuladen und ev. bereits in der Vorbereitung miteinzubeziehen (Herzen für die Dekoration des Gottesdienstraumes basteln – Bastelidee siehe Webseite frauenbund.ch; Bibeltext als einfaches Theater einüben und im Gottesdienst zeigen; Gegenstände, die symbolisieren, was Kinder und Mütter zum Leben brauchen, zum Altar bringen...).*
- *Schön ist, wenn ein Kinder- oder Jugendchor die musikalische Gestaltung übernimmt.*
- *Der Gottesdienst bietet eine gute Möglichkeit im Anschluss daran, Schokolade-Herzen zu verkaufen und dazu einen Flyer des Solidaritätsfonds abzugeben oder den Flyer zusammen mit Fruchtgummi-Herzen zu verteilen. Bestellung der Schoggiherzen, Fruchtgummi-Herzen und Flyer auf frauenbund.ch.*



Liedvorschläge

Die Rise-up-Nummern beziehen sich auf die Ausgabe von 2002.

Die Lieder von Andrew Bond sind für Gottesdienste mit Kindern geeignet und dem Liedheft «Himmelwiit» entnommen; andrewbond.ch



Kasernenplatz 1, Luzern · Postfach · 6000 Luzern 7 · T 041 226 02 27 · sofo@frauenbund.ch · www.sofo.ch

Spendenkonto IBAN CH50 0900 0000 6000 6287 7 · Unser soziales Engagement in der Schweiz.



Gottesdienst-Ablauf

Musik / Chor

Begrüssung / Kreuzzeichen

Einleitung

Das Leben mit Kindern ist schön... und schwierig.

Kinder kosten Energie, Geduld, Zeit, Mühe, Arbeit und Geld.

Kennen wir das aus eigenem Erleben?

Nehmen wir es wahr bei Familien in unserem Umfeld?

Schauen wir hin und sehen, was Kinder, Mütter und Väter brauchen?

Der Frauenbund Schweiz hat es sich schon vor Jahren zur Aufgabe gemacht, hinzusehen, wahrzunehmen, was Mütter und Kinder brauchen. Darum hat er vor 50 Jahren den Solidaritätsfonds für Mutter und Kind gegründet. Ein kleines, aber effektives Hilfswerk, das da ist, wenn Kinder kosten und das schmale Familienbudget sprengen.

Mit diesem Gottesdienst (und mit den vielen Herzen, die den Raum schmücken) feiern wir den 50. Geburtstag des Solidaritätsfonds für Mutter und Kind und tun das, was der Frauenbund Schweiz mit dem Solidaritätsfonds tut: Sehen, was Mütter und Kinder brauchen, Herzen und Hände öffnen.

Lied

- *Andrew Bond: «Mer händ Händ» (zum Grüesse, zum Winke, zum Hölfe).*
- *Rise up 104: «Hände, die schenken»*

Besinnen

Einladen einen Moment einfach da zu sitzen. Das eigene Herz zu spüren, wie es schlägt. Die Hand auf das Herz zu legen. Und dann probieren, in das eigene Herz zu schauen.

Die folgenden Fragen langsam lesen, mit Pausen dazwischen.

Was freut mein Herz?

Wofür ist es dankbar, mein Herz?

Wonach sehnt es sich, mein Herz?

Was fehlt ihm, meinem Herzen?

Kann ich die Menschen um mich herum mit dem Herzen sehen?

Sehe ich, wie es ihnen geht und was sie brauchen?

Sehe ich die Mühen und Sorgen der Mütter?

Weiss ich um die Wünsche der Kinder?

Gott, du siehst in mein Herz und du siehst mit dem Herzen,
mit deinem unendlich grossen Herzen, das für alle Platz hat.
Amen.



Evtl. Musik / Chor

Gebet

«Man sieht nur mit dem Herzen gut», sagt Antoine de Saint-Exupéry's Kleiner Prinz.

Und du, göttliche Liebe, bist gleicher Meinung: Man sieht nur mit dem Herzen gut.

Darum mach sie weit, die Augen unseres Herzens:

Lass' uns wahrnehmen, was Menschen brauchen und nötig haben.

Was wir selbst brauchen, damit unser Leben gut ist.

Was Mütter und Kinder brauchen.

Lass es uns sehen. Und dann mit unseren Händen tun, was not-wendend ist.

Ja, du, göttliche Liebe, mach sie weit, die Augen unseres Herzens.

Amen.

Einleitung zum Bibeltext

Jesus hat die Kinder gesehen und auch die Mütter. Er hat ihnen Raum gegeben, Zeit und Zuwendung. Die Sorge für die Kinder hat Jesus mitgetragen und so die Mütter ernst genommen. Davon erzählt die biblische Begebenheit, die wir nach dem Lied hören.

Lied

- *Andrew Bond: «B-I-B-E-L».*
- *Rise up 205: «Da nos un corazon»*

Anmerkungen zum Bibeltext

Der Bibeltext kann von Kindern szenisch gespielt, frei erzählt oder vorgelesen werden.

Bibeltext Mk 10,13-16: Jesus, die Kinder und die Mütter

(Nach Neukirchener Kinderbibel)

Einmal war Jesus mit gelehrten Männern in ein Gespräch vertieft. Da kamen Mütter mit ihren Kindern auf der Strasse daher. Die einen führten sie an der Hand. Die anderen trugen sie auf dem Arm. Wie zu einem Fest kamen sie an: eine fröhliche, lärmende Schar.

Als aber die Freunde von Jesus sie sahen, wurden sie ärgerlich. Jesus hatte doch genug mit den Gelehrten zu tun. Und nun auch noch Mütter und schreiende Kinder?

«Was wollt ihr hier?», herrschten sie die Frauen an. «Wollt ihr etwa die Kinder zu Jesus bringen? Die sind noch viel zu klein! Die verstehen doch nichts! Geht wieder heim! Ihr stört Jesus!»

Aber da fuhr Jesus seine Freunde an. «Lasst sie,» rief er. «Lasst die Kinder zu mir kommen und haltet sie nicht zurück!»

Und Jesus winkte die Kinder zu sich, wandte sich ihnen zu, redete und lachte mit ihnen und segnete sie.



Aktivität der Kinder

An dieser Stelle können die Kinder mit Begleitpersonen in eine Ecke des Kirchenraumes oder einen anderen Raum gehen. Dort können sie die biblische Geschichte miteinander vertiefen und dann anhand von Gegenständen/Symbolen zusammentragen, was Kinder und Mütter brauchen zum Leben. Diese Gegenstände bringen sie später zum Altar.

Mögliche Gegenstände: Brot, Schoppenflasche, Nuggi, Windel, Salbe, Herz, Babykleider, Noschi, Spielsachen, Musikdose, Bettdecke, Kinderwagen, Zeichnung eines Hauses, Menschenkette oder gezeichnete Menschen, grosse Uhr (Zeit), Geschichtenbuch, grosses Ohr ...

Es wird mit den Kindern besprochen, wer was nachher zum Altar bringt, und was dazu gesagt wird.

Alternativ können auch Herzen gestaltet werden, wenn noch keine oder nur wenig Herzen im Voraus gemacht wurden. Diese Herzen dürfen die Kinder am Schluss mit nach Hause nehmen.

Die Situation von Müttern sehen

Jesus schickte die Kinder und Mütter nicht fort. Er wollte sie sehen, mit ihnen Zeit verbringen, ihnen zuhören und Raum geben. Das ist uns Vorbild, dass auch wir in unserer Gesellschaft Kindern und Müttern und ihren Bedürfnissen, Sorgen und Freuden Raum geben.

Zwei Portraits von Müttern bringen uns jetzt deren Leben, Nöte und Bedürfnisse näher, zeigen ihre Situation, die je ganz anders und irgendwie doch gleich ist. Die eine, nennen wir sie Ruth, wurde in den 60iger-Jahren ungewollt schwanger. Schicksale wie ihres sind es, die den Frauenbund bewogen haben, den Solidaritätsfonds für Mutter und Kind ins Leben zu rufen. Die zweite Frau, für uns heisst sie Mirjam, lebt mit ihrer heute 8-jährigen Tochter Sarah zusammen, für die sie die Verantwortung allein trägt.

Die beiden Portraits zeigen, dass es finanzielle Unterstützung, wie sie der Solidaritätsfonds für Mutter und Kind seit 50 Jahren gibt, nach wie vor braucht. Dass aber aus dem Ernstnehmen der Situation von Müttern und Kindern auch gesellschaftliche, ethische und politische Forderungen erwachsen. Solche Forderungen nimmt der Frauenbund Schweiz seit langem auf und trägt dazu bei, sie politisch in Gesellschaft und Kirche umzusetzen.

Ruth

«Vor 50 Jahren hätte ich das noch nicht erzählt» sagt die heute 84-jährige, sympathische und selbstbewusste Frau beim Besuch in ihrer schmucken Stube. «Ich habe mich einfach geschämt und gewusst, da muss ich ganz allein durch, als ich 1960 mit 19 Jahren schwanger wurde.» Es hätte ihr auch nie jemand erzählt, wie das gehe, das Schwangerwerden. Keine Aufklärung, nichts. Ziemlich ahnungslos kam sie zu ihrem Kind. «Wie konnte ich auch nur so blöd sein, ich verstehe das rückblickend einfach nicht.»

Ruth ist als sechstes von insgesamt fünfzehn Kindern aufgewachsen. Für Zeit, Zuwendung und Liebe ihrer Eltern hat es nicht gereicht. Einmal habe ihr eine Frau auf der Strasse gesagt: «Also so viele Kinder, das ist doch nicht normal.» Ein starkes Minderwertigkeitsgefühl hat sich der jungen Ruth tief ins



Herz gebohrt. Das Bewusstsein, nicht das Recht zu haben, auf der Welt zu sein. Die fast unstillbare Sehnsucht nach Anerkennung und Liebe und danach, von jemandem in die Arme genommen zu werden, das war es, was sie in die Arme des Mannes trieb, der sie schwängerte. Liebe von seiner Seite war keine im Spiel. Als er erfuhr, dass sie schwanger war, machte er sich aus dem Staub.

Sich von jemandem helfen zu lassen, das kam für Ruth ganz und gar nicht in Frage. So fest schämte sie sich.

Die Mutter merkte mit der Zeit, in welchem Zustand ihre Tochter war. Ruth lebte dazumal schon seit vier Jahren nicht mehr bei ihren Eltern. Mit fünfzehn musste sie ins Welschland, um zu arbeiten. Für 75 Franken Monatslohn. 70 Franken schickte sie jeden Monat nach Hause. Die Mutter organisierte eine andere Arbeitsstelle, möglichst weit weg von zu Hause, damit ja niemand etwas merkte. In einem Restaurant musste Ruth den Haushalt der Wirtsleute besorgen und am Buffet helfen.

Ihr kleines Mädchen kam dann drei Wochen zu früh zur Welt mit einem Geburtsgewicht von 2520 Gramm. Diese Zahl weiss Ruth noch heute. Die Mutter reiste an und liess das kleine Baby in Abwesenheit von Ruth taufen. Ruths Vater wurde zum Beistand ihres Kindes und steckte die Alimente in die eigene Tasche. Nach wenigen Monaten kündeten die Eltern an, sie würden ihr Grosskind zu sich nehmen, aber ohne seine Mutter. Weil Ruth dies verhindern wollte, liess sie sich auf eine Beziehung mit einem Bekannten ein und heiratete ihn, um so ihr Kind bei sich behalten zu können. Der Mann behandelte sie schlecht: Er schlug Ruth und hatte andere Frauen. 1967 als die kleine Tochter in die Schule kam, wurde das Paar geschieden. Um den Lebensunterhalt zu verdienen, arbeitete Ruth in einer Fabrik zu einem Stundenlohn von 4.50 Franken. Am Morgen machte sie das Frühstück für ihre Tochter und stellte ihr den Wecker, damit sie rechtzeitig zur Schule kam. Am Mittag flitzte Ruth nach Hause, kochte schnell und ging dann wieder zur Arbeit. Zum Glück schauten die Leute, die ihr die Einzimmerwohnung vermieteten, ein bisschen zu ihrem Kind.

Noch einmal wurde Ruth schwanger. Gebar einen kleinen Sohn. Und noch einmal schlitterte sie in eine unglückliche Beziehung. Aber voller Stolz sagt sie: «Für meine Kinder habe ich immer selbst gesorgt und geschaut, dass das Geld reicht». Auf die Frage, warum sie sich nirgends Unterstützung holte, meint sie: «Das von meinen Eltern eingepflichtete Bewusstsein, es sei eine Schande, zwei uneheliche Kinder zu haben, war viel zu tief, als dass ich mich dafürgehalten hätte, Hilfe anzunehmen. Ich fühlte mich schuldig und musste mir darum selbst helfen.»

Wenn Ruth von ihrem dritten Mann erzählt, beginnt ihr Gesicht zu leuchten. Mit ihm hat sie das Glück gefunden und mit dem neuen Leben auch das eigene Selbstwertgefühl. Heute ist sie stolz darauf, für ihre Kinder und für sich selbst, gekämpft zu haben.



Kurzes Instrumentalspiel

Mirjam

«Ich wollte unbedingt ein Kind», erzählt Mirjam, die 42-jährige Mutter der heute achtjährigen Sarah. «Sarah ist ein absolutes Wunschkind. Ich habe mir mein Leben schön ausgemalt: das Geniessen der gemeinsamen Zeit nach der Geburt, Jobsharing mit meinem Partner, mehrere Kinder. Aber es ist anders gekommen.» Schon während der Schwangerschaft merkte Mirjam immer mehr, dass ihr Partner ihr etwas vorgaukelte. Enttäuschung folgte auf Enttäuschung. Die angebliche Stellensuche war nur vorgetäuscht. In der Zeit um Sarahs Geburt trennte sich Mirjam innerlich vom Vater ihres Kindes. Konkret wurde die Trennung ein paar Monate später. Weder finanziell noch betreuungsmässig übernahm der Vater Verantwortung für seine kleine Tochter. So musste Mirjam mehr erwerbstätig sein, als sie eigentlich wollte. Alimentsbevorschussung bekam und bekommt sie bis heute keine.

Das Organisieren der Betreuung von Sarah war und ist immer noch eine enorme Herausforderung. «Dass Sarah überhaupt nicht gerne auswärts übernachtet, macht die Sache noch komplizierter. Meine soziale Teilhabe ist an einem kleinen Ort. Ich kann kaum einmal ins Kino oder allein eine Freundin treffen. Meine eigenen Bedürfnisse habe ich ganz weit weggesteckt», sagt die trotz allem nicht verbittert wirkende Mutter.

Finanzielle Unterstützung in Anspruch nehmen wollte Mirjam nie, weil sie findet, sie habe dank einer guten Ausbildung ein einigermaßen ausreichendes Einkommen. «Und», sagt sie, «glücklicherweise bin ich erst spät schwanger geworden, so kam mir zugut, dass ich schon einige Jahre Berufserfahrung hatte, was sich auf die Höhe des Lohnes auswirkte.»

Wünsche an Wirtschaft und Politik formuliert die alleinerziehende Mutter aber klar. Der erste Arbeitgeber nach der Mutterschaft machte ihr das Leben sehr schwer. Wenn Sarah krank war, durfte Mirjam keinesfalls zu Hause bleiben. Der Chef kam ihr überhaupt nicht entgegen und es war jedes Mal ein totaler Stress. «Zum Glück bin ich resilient und selbst fast nie krank», sagt Mirjam und zeigt ihre Stärke, in allem immer das Positive zu sehen. «Dass es Betreuungsgutschriften gibt, finde ich sehr gut», lobt Mirjam, «aber es ist noch zu wenig, die Kosten für die externe Betreuung sind immer noch zu hoch. Es muss sich noch einiges ändern. Am schwierigsten ist es für mich in den Schulferien. Da gibt es einfach kein Betreuungsangebot. Zumindest in dem Dorf, in dem ich lebe. Da müsste unbedingt etwas aufgebaut werden.»

Seit fünf Jahren hat Mirjam eine wunderbare Chefin, die ihre Situation versteht und ihr viel Flexibilität in der Arbeitsgestaltung zugesteht. «So müsste es überall und gesetzlich verankert sein», findet Mirjam.

Musik / Chor



Kollektenansage

Seit 50 Jahren gibt es den Solidaritätsfonds für Mutter und Kind, eines der beiden Hilfswerke des Frauenbund Schweiz. Er hilft schnell und unbürokratisch, wenn Mütter oder Familien in finanzielle Not geraten. Zum Beispiel mit einer Babyausstattung für eine Familie mit geringem Einkommen, bei Mehrlingsgeburten, mit einem Ausbildungszuschuss für junge Mütter, mit einem Beitrag an den Krippenplatz, bei der Pflege eines frühgeborenen Kindes. Gratulieren Sie dem Solidaritätsfonds zum 50. Geburtstag mit einem grosszügigen Beitrag zur heutigen Kollekte und helfen Sie so mit, dass der Solidaritätsfonds seine wichtige Arbeit zugunsten von Kindern, Müttern und Familien leisten kann. Danke von Herzen.

Evtl. Musik / Chor

Brot oder Hostien werden zum Altar gebracht.

Kinder oder alle Teilnehmenden werden um Altar eingeladen.

Was Mütter und Kinder brauchen

Mütter, Kinder und überhaupt alle brauchen Brot zum Leben und noch viel mehr. Was Kinder und Mütter und alle Menschen zum Leben brauchen, wollen wir zeigen und hinlegen.

Gegenstände/Symbole, die zeigen, was Kinder und Mütter brauchen, werden auf / zum Altar gelegt und dazu gesagt, was die Gegenstände meinen.

(Siehe Aktivität der Kinder.)

Lied

- *Andrew Bond: «Ich laden oi ii».*
- *Rise up 244: «Wenn das Brot, das wir teilen»*

Brotgebet für Brot-, Kommunion- oder Eucharistiefeier

«Segen» oder «Mutterschaft» in: Jacqueline Keune, Von Bedenken und Zusagen, Liturgische Texte, Luzern 2004, S. 13 bzw. S. 53.

oder

Gemeinsames Brotgebet

(wird für alle kopiert und vor dem Gottesdienst verteilt)

Brot – zusammengewachsen aus vielen Körnern.

Wir wollen es teilen und zusammenwachsen.

Mit dem Brot teilen wir unser Leben und unseren Alltag:

Das, wovon wir zu viel und auch das, wovon wir zu wenig haben,

die Arbeit, die zu viel ist und zu wenig gibt,

die Last der offenen Rechnungen und der liegengebliebenen Arbeit,

das Müdesein und die Kraftlosigkeit,

das Glück eines bestärkenden Wortes und unerwarteter Hilfe,

die Sorge und den Stolz für unsere Kinder,



das Auf und Ab in der Beziehung zum Partner,
die Trauer über Trennung, Verlust und Tod
die Dankbarkeit für das Dasein der Freundin,
die Freude am neuen Kleid und am Berg gebügelter Wäsche,
Selbstvertrauen, das manchmal gross und manchmal klein ist,
Angst und Hoffnung für uns selber, unsere Kinder und für unsere Welt...

Es tut gut zu wissen, dass ich nicht allein bin auf meinem Weg.
Freundinnen, Nachbarinnen, bekannte und unbekannte gute Menschen
sind mit mir unterwegs.

In unserer Zuwendung zueinander bist du, Gott, uns nahe.
Darum wollen wir deine Freundlichkeit austeilen,
dein Lächeln verschwenden,
deine Freundschaft leben
und das Brot miteinander teilen. Amen.

Vater-Mutter-unser

Friedensgruss

Lied

- *Rise up 249: «Hewenu schalom»*

Zur Kommunion / Zum Brotteilen: Musik / Chor

Schlusstext

Oft sagen wir es schnell dahin: «Wie geht's?» Warten dann nicht mal die Antwort ab und haben erst recht keine Zeit und Lust, sie zu hören.

Aber heute, Gott, nehmen wir uns vor, für die nächste Zeit die Frage ernst zu meinen und ganz Ohr zu sein für die Antwort. Hinzuhören und hinzusehen, nachzufragen.

Und die Frage auch mal Menschen zu stellen, bei denen wir das sonst kaum tun.

Der Mutter in der Nachbarschaft, die meist nur flüchtig grüsst.

Dem Kind, das alleine draussen spielt.

Den Eltern, deren Kind oft nachts weint.

Und nicht nur das nehmen wir uns vor. Auch unsere eigene Antwort auf die Frage «Wie geht's» wollen wir in nächster Zeit nicht einfach so dahinsagen, sondern aus der Tiefe unseres Herzens erzählen. Uns dem Gegenüber zumuten.

Darum, Gott, bitten wir dich um den Mut, uns einander zu zumuten. Amen.



Frauenbund Schweiz

Solidaritätsfonds für Mutter und Kind

hilft engagiert und schnell

Lied

- *Andrew Bond: «Ich zeige mini Freud»*
- *Rise up 044: «Gib uns Weisheit, gib uns Mut»*

Segen

Für den Segen die Teilnehmenden bitten, ihre rechte Hand aufs Herz zu legen und die linke Hand offen vor sich zu halten.

Gottes Segen lege sich tief in dein Herz
und erfülle es mit Kraft, mit Güte, mit der Fähigkeit zu sehen:
die eigene Bedürftigkeit und die Bedürftigkeit der anderen.

Gottes Segen komme in die Welt, durch deine Hand und deinen Mund.

Gottes Segen komme über uns alle und über die ganze Welt. Amen

Musik / Chor

Katharina Jost Graf

Theologin und Seelsorgerin, Co-Präsidentin Frauenbund Schweiz

Dagmersellen, Juli 2025