

GEMEINDEBRIEF HERZ-JESU DUISBURG-NEUMÜHL

MONATSJOURNAL MÄRZ 2025

Sa 01.03. 18:15 Uhr VAM (zum Geburtstag f. d. † Günter Bleck u. JA f. d. † Marianne Niewerth u. f. d. † Jakob Niewerth u. f. d. †† Eheleute Genowefa u. Bruno Brzeski, Maria u. Vincente Drozdel u. Maria u. Georg Morgalla u. f. d. †† Eheleute Helene u. Anton Preißner, d. † Waldemar Preißner u. f. d. †† Eltern Emma u. Hans Kaulich u. alle Leb. u. †† d. Fam. Kaulich u. Preißner) (P.T.)

So 02.03. **8. Sonntag im Jahreskreis**

09:30 Uhr Familienmesse zum Karneval

11:00 Uhr Hochamt (f. d. †† Helena Boskowitschowa u. Jan Kollar sen.) (P.T.)

Die Kollekte ist für die Gemeinde, die Türkollekte für den Kirchbauverein bestimmt.

Mo 03.03. 09:15 Uhr **Hl. Messe entfällt - Rosenmontag**

Di 04.03. 09:15 Uhr Hl. Messe (P.T.)

Mi 05.03. **Aschermittwoch**

08:15 Uhr- -10:30 Uhr Schulmesse mit Aschekreuz Barbaraschule (P.T.)

11:00 Uhr WG-Feier i. d. KiTa Herz-Jesu mit Aschekreuz (P.T.)

18:15 Uhr Hl. Messe mit Aschekreuz (P.T.)

Do 06.03. 08:15 Uhr Ökumenischer Gottesdienst Salzmannschule mit Aschekr. (P.T.)

10:15 Uhr WG-Feier i. d. Bergmannschule mit Aschekreuz (P.T.)

17:00 Uhr Hl. Messe (PT)

Fr 07.03. **Herz-Jesu-Freitag**

10:00 Uhr Trauerfeier f. d. † Bronislaw Popowicz Trauerhalle Westfriedhof Oberhausen, anschl. Beisetzung.

15:00 Uhr Ökum. Weltgebetstag im Agnesheim (Ausrichter Gem. Herz-Jesu)

17:00 Uhr Hl. Messe (PT)

Sa 08.03. **Herz-Mariä-Samstag**

18:15 Uhr VAM (f. d. † Karl Parusel u. alle Leb. u. †† d. Fam. Parusel u. Smarzoch u. JA f. d. † Mechthild Drecker) (P.T.)

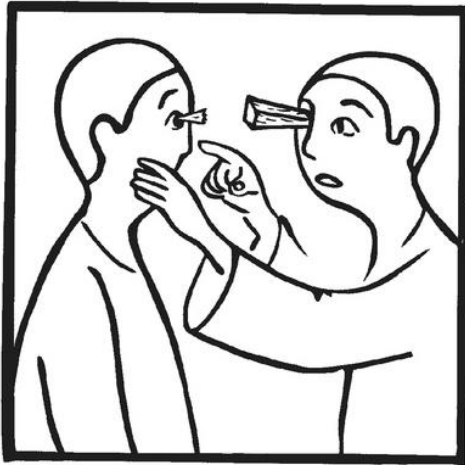
So 09.03. **1. Fastensonntag**

09:30 Uhr Familienmesse (f. d. † Alfred Kulbatzki) (P.T.)

11:00 Uhr Hochamt mit musik. Begleitung durch den Chor „Die PFaD“ (JM zum 20. Todestag v. Wilhelm Ewertz) (P.T.)

12:00 Uhr Taufe Danilo Darst (P.T.)

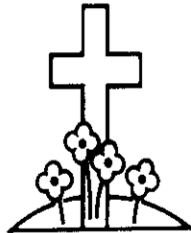
Die Kollekte ist für die Gemeinden bestimmt



»» Wie kannst du zu deinem Bruder sagen: Bruder, lass mich den Splitter aus deinem Auge herausziehen!, während du selbst den Balken in deinem Auge nicht siehst? Du Heuchler! Zieh zuerst den Balken aus deinem Auge; dann kannst du zusehen, den Splitter aus dem Auge deines Bruders herauszuziehen. ««

Beerdigungen im Februar 2025

*Roswitha Paolini
Siegfried Weider
Hermine Maschio*



Taufen Februar 2025

Emilia Kriebel



Ein Text, für die, die einen lieben Menschen verloren haben

Die zerbrochene Kette

An jenem Tag ahnten wir noch nicht,
dass Gott deinen Namen rufen würde.
Im Leben haben wir dich sehr geliebt,
im Tod tun wir das Gleiche.

Es brach uns das Herz, dich zu verlieren.
Du bist nicht allein gegangen.

Denn ein Teil von uns ging mit dir,
an dem Tag, als Gott dich zu sich rief.

Du hast uns wunderschöne Erinnerungen hinterlassen,
deine Liebe ist immer noch unser Führer.

Und obwohl wir dich nicht sehen können,
bist du immer an unserer Seite.

Unsere Familienkette ist zerbrochen,
und nichts scheint mehr so wie vorher,
aber wenn Gott uns einen nach dem anderen ruft,
wird sich die Kette wieder verbinden.



Führungen durch die Abtei-Hamborn

Gezeigt werden die Abteikirche mit ihren faszinierenden Glasfenstern, der romanische Kreuzgang mit dem modernen Bronzebrunnen von Gernot Rumpf und die Schatzkammer. In der Schatzkammer gibt es historische, liturgische Gewänder sowie weitere Fundstücke aus der über 900-jährigen Geschichte der Abtei. Auch der Klostergarten kann während der Führung angeschaut werden. Eine herrliche Oase im Duisburger Norden. Die Führung wird durch ehrenamtliche Mitarbeiter durchgeführt und ist grundsätzlich kostenfrei. Eine Spende zugunsten der Arbeit für arme und benachteiligte Kinder in Duisburg und darüber hinaus wird gerne entgegengenommen.

- Treffpunkt: 10.15 Uhr an der Abteikirche
- Führungsbeginn: 10.30 Uhr
- Dauer der Führung: ca. 90 Minuten



Für Ihre weiteren Fragen oder für die Reservierung Ihres Wunschtermins stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung. Anmeldung erforderlich: Tourismusbüro/Projekt LebensWert von 8-16 Uhr unter der Rufnummer 0203/544 726 00 oder info@projekt-lebenswert.de Die nächste Führung findet statt am: **Samstag, 22. März 2025.**

Frühschichten ...Fastenzeit, da wird der Mittwoch nie verpennt!

Beginn am Mittwoch, den 12.03.2025 um 6 Uhr. Termin jetzt schon vormerken!!!

Jeden Mittwoch in der Fastenzeit lädt Pater Tobias die Gemeindemitglieder und Gäste zur Frühmesse in die Herz-Jesu Kirche in Neumühl ein. Über mehrere Jahre hat sich diese Frühmesse in der Fastenzeit etabliert und erfreut sich auch über die Gemeinde Herz-Jesu hinauswachsender Beliebtheit.

Um 06.00 Uhr treffen sich mehrere Dutzend Gemeindemitglieder und Freunde der Gemeinde Herz-Jesu bei Kerzenschein und leiser Musik zur Heiligen Messe, zum besinnlichen Start in den Tag. An die 150 Teelichter und weitere Kerzen brennen in der dunklen Kirche und sorgen für die schöne, morgendliche Stimmung. Unser ehrenamtliche Küster Bernd Menzel ist schon um 4:30 Uhr im Schmidthorster DOM. "Es ist ein etwas anders gestalteter Gottesdienst, Lieder werden nicht gesungen", sagt Pater Tobias, "dafür ist es noch zu früh, aber leise Musik und schöne, besinnliche Texte sorgen für die entsprechende Stimmung." Bis zur Osterwoche wird es dann auch früh morgens draußen immer etwas heller, so auch im Kirchenraum. In den kommenden Wochen wollen wir auch bei den Frühschichten besonders für den Frieden in der Ukraine und in Nahost beten.

Es ist ein besonderes Erlebnis für Seele und Geist, um dem Stress im Alltag ein bisschen zu entfliehen. Um die eventuell noch müden Lebensgeister endgültig zu wecken, folgt im Anschluss an die ca. 30 Minuten ein gemeinsames Frühstück im Agnesheim. Für frische Brötchen und heißen Kaffee ist gesorgt. Butter, Wurst, Käse u. a. wurden bereits von den fleißigen Helfern der Gemeinde eingekauft und stehen zum Frühstück bereit. Wohl gestärkt für Geist, Seele und Körper, geht es anschließend dann zur Arbeit.

Herzliche Einladung.

März 2025 - die Gemeinde gratuliert:

zum Namenstag

- 1 David, Roger, Rüdiger, Suitbert
- 2 Agnes
- 3 Friedrich, Kunigunde
- 4 Kasimir, Rupert
- 5 Dietmar, Lutz, Olivia
- 6 Fridolin, Nicole
- 7 Thomas, Volker, Reinhard, Felizitas
- 8 Johannes von Gott
- 9 Franziska, Bruno, Dominikus, Emil
- 10 Gustav
- 11 Rosina
- 12 Beatrix
- 13 Paulina, Judith
- 14 Mathilde
- 15 Klemens, Zacharias, Luise
- 16 Heribert, Rüdiger
- 17 Gertrud, Patrick
- 18 Cyrill, Eduard
- 19 Joseph
- 20 Wolfram, Irmgard, Claudia
- 21 Axel, Benedikt von Nursia, Emilia
- 22 Lea, Elmar
- 23 Rebekka, Otto
- 24 Elias
- 25 Annunziata, Nuncia, Ancilla, Dismas
- 26 Ludger, Larissa (Lara), Manuel
- 27 Heimo, Ernst
- 28 Guntram, Gundelind
- 29 Helmut, Ludolf
- 30 Amadeus, Roswitha
- 31 Kornelia, Benjamin, Goswin, Lambert, Ben

zum besonderen Geburtstag

- Heinz Peter Zechmann
Uwe Wagner
Andrea Heck
Martina Mainka
Nicole Kaminski
Dieter Schonnop
Gislinde Matzken
Jan Sedzik
Anneliese Barth
Luisa Hehn
Valentina Mantel
Paul Fischer
Joseph Kahl
Kirsten Odenthal-Klimmasch
Michael Schrörs
Hildegard Waloszek
Ilse Meinhardt
Thomas Wagner
Hans-Dieter Ott
Josef Helm
Anna Maria Bastian
Doris Leptien
Gisela Laufke
Ellengard Kähnert
Johanna Schmitz
Jutta Knorr
Rosemarie Frauenhoff
Christof Piontek
Thomas Schlagenhaft
Lothar Horbach
Heinrich Hamacher
Gertrud Evertz
Marian Przibilla
Maria-Ilona Bandorski

Rosenmontagszug: Die Katholische junge Gemeinde (KjG) Herz Jesu nimmt auch in diesem Jahr wieder am Rosenmontagszug in Neumühl teil. Unter dem Motto „**Hexen und Zauberer**“ sind alle Kinder und Jugendlichen ab 8 Jahren eingeladen, sich entsprechend zu verkleiden und mitzulaufen. Um die Teilnahme zu unterstützen, werden Sach- und Geldspenden gesammelt. Besonders freuen wir uns über Spenden für den Wagen und das Wurfmateral

Liebe Kinder und Jugendliche, habt ihr Lust auf einen Tag voller Spaß und Bewegung? Dann kommt mit uns!

- Wo geht es hin? **Pippolino**
- Wann? Samstag , 22.03.2025 von 10:30 bis 15:00 Uhr
- Treffpunkt? um 10:30 Uhr vor dem Agnesheim
- Anmeldeschluss: 15.03.2025

Die Anmeldung findet ihr unter www.kjg-herz-jesu.info oder ausliegend im Agnesheim. Wir freuen uns auf euch!

Neues Musik-Erlebnis im Schmidthorster Dom: „1000 Lights Concerts“ in Neumühl

Am 2. März 2025 hat das Ensemble der „1000 Lights Concerts“ seinen Auftritt in der Herz-Jesu-Kirche. Die Musiker präsentieren „Classical Highlights“, „Epic Movie Themes“ und „Romantic Love Songs“. „Bei diesen einzigartigen Konzerten tauchen Sie ein in eine Licherwelt aus tausenden Laternen, mit denen wir Deutschlands schönste Kirchen und Konzerthallen in atemberaubende Oasen aus Licht und Klang verwandeln“, schreiben die Veranstalter auf ihrer Homepage.



3 Konzert am Sonntag 2. März 2025

Am **Sonntag, 2. März 2025**, gibt es gleich drei Formate der „1000 Lights Concerts“ in Duisburg. Ab **15 Uhr** präsentiert das Ensemble „Classical Highlights“, ab **17.30 Uhr** stehen die „Epic Movie Themes“ im Fokus und ab **20 Uhr** erfüllen „Romantic Love Songs“ die Kirche. Karten für die jeweiligen Konzerte sind ab 19,90 Euro erhältlich.

Heimnachmittag feiert Karneval

Helgard Bleck, Verantwortliche des Heimnachmittag schreibt: Es war wieder ein schöner Tag mit meinen Damen. Einige haben sich getraut zu tanzen, hatten viel Spaß dabei. Vielen Dank an mein Team, ohne sie könnte so ein Tag nicht stattfinden. Auch herzlichen Dank an Gisela Wüsten. Sie hat zwei tolle Vorträge gehalten und hat fleißig mitgeholfen. Darauf ein dreifaches Helau.

Als besonderer Gast war Pater Tobias dabei. Die Damen freuen sich immer, wenn er zum Heimnachmittag zu uns kommt.



Dank an das Reno-Team

Ein Dankeschön Abend mit leckerem Essen und einem leckeren Bier für geleistete ehrenamtliche Dienste rund um den Schmidthorster DOM und unserem Agnesheim in unserer Gemeinde Herz-Jesu, fand Anfang Februar im Kaminzimmer der Abtei Hamborn statt, wozu Pater Tobias herzlich eingeladen hatte. Es war ein schöner Abend in einer gemütlichen Runde. Zeit miteinander verbringen, sind die schönsten Geschenke, um Danke zu sagen.



Danke an das Reno-Team und weiter so!

Walkinggruppe: Jeden Donnerstag um 10:00 Uhr trifft sich die Walkinggruppe vor dem Café „Offener Treff“, Holtener Str. 176. Ansprechpartnerin ist Leni Kramer, 0203 581505.

kfd-Angebote im März 2025

Mo., 03.03. Rosenmontagszug mit Beteiligung der KJG

Di., 04.03. 19.30 Uhr: Frauenkreis. Jede Frau, ob kfd-Mitglied oder nicht, ist in unserer Gemeinschaft willkommen. Ansprechpartnerin ist Gabi Haak, Tel. 0203 584167.

Fr. 07.03. 15.00 Uhr: Ökumenischer Weltgebetstag im Agnesheim „Cookinseln wunderbar geschaffen“. Die Frauen der evangelischen und katholischen Gemeinde Duisburg-Neumühl laden herzlich zum gemeinsamen Gottesdienst mit anschließender Begegnung ein. **Einladung an alle!**

Di., 11.03. 09.15 Uhr: Gemeinschaftsmesse mit anschließendem Frühstück im Agnesheim.

Fr., 14.03. 17.00 Uhr: Kreuzweg, von der kfd gestaltet. Thema: „Das Kreuz im Namen aller auf sich nehmen“. **Einladung an die ganze Gemeinde zur Teilnahme an der Andacht!**

Do., 27.03. 15.30 Uhr: Mitarbeiterinnenrunde ohne Hefte mit Einladung zum Mitarbeiterinnen-Essen am 22.05.

Vorschau auf April 2025

Di., 01.04. 19.30 Uhr: Frauenkreis

Di., 08.04. 09.15 Uhr: Gemeinschaftsmesse mit anschließendem Frühstück im Agnesheim

Fr., 11.04.: Palmsträuße basteln

So., 13.04. (Palmsonntag): Fastenessen der Gemeinde

Sa., 19.04. 21.00 Uhr: Osternachtfeier in der Kirche, anschließend Agape der Gemeinde im Agnesheim

Do., 24.04. 15.00 Uhr: kfd-Besinnungsnachmittag. Arbeitstitel: „Heimat – mehr als nur ein Ort“

Di., 29.04. 15.30 Uhr: Mitarbeiterinnen-Runde Hefte mit Anmeldung zum Mitarbeiterinnen-Essen



HEL AU

Oldies but Goldies – mit Spaß und Schwung für immer jung!



Getreu dieser Maxime bot die Karnevalsgruppe der kfd Herz-Jesu unter der Regie von Barbara Hackert-Küpper dem gut gelaunten Publikum im Agnesheim wieder einmal eine Altweiberfastnacht vom Feinsten. Nach dem Kaffeeklatsch brachten die traditionelle Pfirsichbowle, aber vor allem das großartige Programm, die Frauen im ausverkauften Saal schnell von 0 auf 100. Wie „Frau“ es schafft, auch im fortgeschrittenen Alter fit und gutaussehend zu bleiben, demonstrierten Leni, Gisi und Sabine am Beispiel der Trendsportart KIBOTU. Launige Vorträge, gekonnte Tanzeinlagen und mitreißende Musik erschütterten das Zwerchfell und ließen beim ausgelassenen Schwof die Sorgen und Wehwehchen des Alltags wie ein Knallbonbon zerplatzen. Die Harmonie und Fröhlichkeit des kfd-Teams und vor und hinter den Kulissen schwappte in den Saal wie ein Stimmungstsunami, von dem sich alle gerne erfassen ließen.



Das ist Karneval im besten Sinne! Helau!
Kfd Herz-Jesu, Barbara Schönemann





Abt Albert Dölken wurde wiedergewählt



Am 24.02.2025 haben die Mitbrüder der Prämonstratenserabtei Hamborn einen neuen Abt gewählt. Bisheriger Amtsinhaber war Abt Albert Dölken, der dieses Amt seit 30 Jahren bekleidet hat. Vor 30 Jahren war die Weihe des damals neuen Abtes auch verbunden mit der Feier der Wiedererhebung des Klosters Hamborn in den Status einer Abtei. Am heutigen Tag wählten die Mitbrüder der Abtei Hamborn erneut Abt Albert Dölken zum Abt der Abtei Hamborn. Zur Abtei Hamborn gehören zum gegenwärtigen Zeitpunkt 19 Mitbrüder, genauso wie vor 30 Jahren. Allerdings sind in diesen 30 Jahren 7 Mitbrüder gestorben, darunter alle Gründer der wiederbesiedelten Abtei. Es wurden 7 neue Mitbrüder aufgenommen, die geblieben sind,

so dass die Abtei den Zahlenstand halten konnte. Gegenwärtig sind davon 9 Mitbrüder in Hamborn eingesetzt, 4 Mitbrüder im Priorat Magdeburg, 2 Mitbrüder in Klöstern in Österreich, 3 Mitbrüder in der Auslandsmission der belgischen Prämonstratenser in Vejle / Dänemark und 1 Mitbruder in Cappenberg in Westfalen.

Die alte Abtei Hamborn hatte bestanden von 1136 bis zu ihrer Auflösung im Jahr 1806. Im Jahr 1959 holte der erste Bischof von Essen Prämonstratenser aus Süddeutschland nach Hamborn, um das Klosterleben hier neu beginnen zu lassen. Mit Unterstützung, insbesondere durch die Abtei Schlägl in Oberösterreich, hat sich eine kleine Mannschaft von 7 Mitbrüdern im Jahr 1959 gut entwickelt und die Aufgaben der Seelsorge zunächst in der Pfarrei St. Johann, dann aber auch in der weiteren Umgebung mehr und mehr wahrgenommen. Die durch Kriegseinwirkung zerstörten Abteigebäude wurden erneuert, umgebaut und erweitert. Das Kloster wurde schließlich im Jahr 1994 wieder durch das Generalkapitel des Ordens zur Abtei erhoben.

Größere Bekanntheit erlangten durch die Jahrzehnte des Bestehens die Mitbrüder Pater Rainer van Doorn durch die sozial-caritative und pastorale Arbeit auf dem Ostacker in St. Franziskus, Pater Augustinus Heinrich Henckel von Donnersmarck, der lange Zeit Leiter des Katholischen Büros in NRW war, der „Marathon-Pater“

Pater Tobias Breer, ebenfalls durch seine

sozial-caritativen Einsätze im Projekt LebensWert, Pater Oliver Potschien mit dem sozial-pastoralen Zentrum Petershof im Brennpunkt Duisburg-Marxloh und Pater Dr. Philipp



19 Chorherren der Abtei Hamborn mit dem Generalabt Abt Jos Wouters (links) und dem Abt Abt Leopold Baumberger (rechts) die der Wahl vorstanden.

Reichling durch seine Tätigkeit beim WDR in Rundfunk und Fernsehen. Heute sind die Mitbrüder der Abtei insbesondere in der Gemeindepastoral, in der wissenschaftlichen Lehre und in der Krankenhauspastoral tätig.



Wappen von Abt Albert



Ich schaue Gott an, und Gott schaut mich an

Pater Tobias schreibt: „Mich bewegt bis heute eine Geschichte, auf die ich damals als Novize gestoßen bin: Eines Morgens ging ein Bauer nicht gleich aufs Feld, sondern in die Kirche, die auf seinem Weg lag. Er setzte sich auf eine Bank und vergaß sich dort vor Gott. Als er den ganzen Tag nicht zu sehen war, suchte man ihn. Ein Nachbar fand ihn schließlich in der Kirche und fragte: »Was machst du denn da so lange?« Der Bauer antwortete: »Ich schaue Gott an, und Gott schaut mich an« Einfacher und schlichter kann man nicht ausdrücken, was Gebet meint.



Familiengottesdienste in Herz-Jesu

Jeden Sonntag findet in Herz-Jesu um 09:30 Uhr die Familienmesse statt. Herzliche Einladung und bitte weitersagen.



Dom Café

Am 09. Februar fand das erste Dom-Café dieses Jahres 2025 statt. Es war wieder ein schöner Erfolg und daran haben viele Gemeindemitglieder, die wieder mal tolle Torten und Kuchen gebacken haben, mitgewirkt. Danke dafür und auch danke an das tolle Team, das immer wieder mit Einsatz am Gelingen zugunsten des Kirchbauvereins beteiligt ist.

Das nächste Dom-Café ist am 9. März 14.30 Uhr

Einladung zum Fastenessen

Es ist zu einem schönen Brauch geworden. Auch in diesem Jahr lädt das Gemeindeteam zum gemeinsamen „Misereor-Fastenessen“ ins Agnesheim ein. Es beginnt **am Sonntag, dem 13. April, nach dem Palmsonntagsgottesdienst gegen 12:00 Uhr**. Das bewusst einfache Essen und die Spende als Gegenleistung sind eine konkrete Geste der Fastenzeit und gleichzeitig ein Zeichen der Solidarität mit den Menschen in der „Dritten Welt“.



Freuen Sie sich auf kulinarische Überraschungen. Natürlich gibt es auch in diesem Jahr die traditionellen Pellkartoffeln mit verschiedenen Dips. Alle Gemeindemitglieder, ob alleinstehend oder als Familie, sind herzlich eingeladen.

Einladung zum Thementag

Die christlich-muslimische Initiative "Frauen aller Länder laden ein" lädt anlässlich des Welttags der Frauenganz herzlich zu einem Themennachmittag/-abend am 09. März 2025 ab 15:30 Uhr (Beginn: 16 Uhr) ins Abteizentrum, An der Abtei 1, ein. Unter dem Thema: Zusammen glauben - Hoffnung stärken – Frauen verbinden Welten wird es zunächst Impulse von Frauen verschiedener Religionen geben. Danach gibt es wieder einen Austausch und Dialog in Tischgruppen. Abschließend werden wir gemeinsam das Fastenbrechen mit unseren muslimischen Freundinnen begehen (ab ca. 18:30 Uhr). Wir bitten um Anmeldung bis zum 25.02.2025 unter folgendem Link: <https://qrco.de/bfjLc5>. Ganz herzliche Einladung dazu!

Sakramente

Wow ... bis Ende Februar haben wir bereits 18 Tauf-Anmeldungen in unserer Gemeinde Herz-Jesu. 🍀

Bitte meldet Euch bei Pater Tobias, ob Kinder, Jugendliche oder auch Erwachsenentaufe.

Es ist nie zu spät, Kind Gottes zu werden.

Pater Tobias hat für Euch noch Termine frei 🍀🙏

In Apg 2,38 Petrus steht: *Kehrt um und jeder von*

euch lasse sich auf den Namen Jesu Christi taufen zur Vergebung eurer Sünden; dann werdet ihr die Gabe des Heiligen Geistes empfangen. Anmeldung unter: tobias@abtei-hamborn.de



Verzicht lernen - Pater Tobias wirbt für Trainingslager der Fastenzeit

Der Seelsorger und Marathonsportler Pater Tobias beschäftigt sich mit der Fastenzeit: Das Ich, das Wir und die Seele müssen trainiert werden. Ist Fasten etwa out? Nein, glaubt Pater Tobias. Der Duisburger Seelsorger und Marathonläufer bricht eine Lanze für eine Auszeit in den rund 40 Tagen bis Ostern und "das Trainingslager der Fastenzeit: sei du selbst, sei solidarisch und sei spirituell, suche das Gespräch mit Gott".



Der Dreisprung des spirituellen Sportlers hat es in sich: "Wir lassen uns zu viel ablenken durch Medien, Computer und Handys – das Ich bleibt auf der Strecke", rät Pater Tobias

dazu, abends mal den Schalter von Fernseher und Co auf "Aus" zu lassen und auf sich selbst zu achten, "was meiner Seele gut tut".

Von Aschermittwoch bis Ostern. Die 40-tägige christliche Fastenzeit beginnt am Aschermittwoch und endet Ostern. Es ist die Vorfreude und Vorbereitung auf das bedeutendste Fest der Christen, Ostern, die Auferstehung Jesu von den Toten. Im Mittelpunkt steht nicht nur der Verzicht auf Genussmittel wie Süßigkeiten, Fleisch oder Alkohol, sondern auch eine Unterbrechung von Gewohnheiten.

Noch mehr Sport treiben, kommt für den Pater nicht in Frage. Den Apfel wird er früh morgens auch jeden Tag weiter essen. Eventuell möchte er weniger Laufen und dafür mehr Fahrrad fahren, um die Knie zu schonen, noch mehr auf den eigenen Körper zu hören. Er plant auch, Geist, Körper und Seele in Einklang zu bringen. Für alle diese drei Bereiche kann jeder etwas tun und sich etwas vornehmen.

Handy weglassen oder Online-Zeit begrenzen. Der vermutlich "krasseste Verzicht" wäre aber für Pater Tobias, das Handy wegzulassen oder die Online-Zeit zumindest stark zu begrenzen. "Ich glaube, das wäre hart, aber sehr lohnenswert. Mal schauen, wann ich selbst stark genug dafür bin." Nicht weniger wichtig ist dem Seelsorger "die Solidarität, darüber nachzudenken, wie ich Zeit oder Geld in andere Menschen investiere, die Hilfe brauchen, zum Beispiel durch ein Ehrenamt – das darf ruhig länger als bis Ostern dauern".

Pater Tobias empfiehlt das Gebet. Als Drittes empfiehlt Pater Tobias das Gebet. "Ich stehe morgens mit einem Gespräch zu Gott auf und gehe abends damit zu Bett", sagt der Geistliche: "Das hilft dabei, den Tag Revue passieren zu lassen und abzuschalten. Das erzähle ich immer meinen Kindern in den dritten Klassen, die dann immer besonders genau zuhören." Nicht jeder schafft das auf Anhieb, meint der Marathonläufer, "auch das Besinnen auf sich selbst ist manchmal unangenehm, das Beten muss trainiert werden wie das Laufen, erst dann erreiche ich das Glücksgefühl".



Kronkorkenaktion

Hast Du dich schon mal gefragt wie viele Kronkorken in deiner Stadt achtlos weggeworfen werden, die eigentlich so viel bewirken könnten? Sammelt mit uns Kronkorken, um den Müll in unserer Umwelt zu reduzieren und gleichzeitig Gutes zu tun. BlechWech unterstützt mit dem Erlös der recycelten Kronkorken, über die SOS-Kinderdörfer weltweit, aktuell eine Mutter-Kind-Klinik in Somalia. Seit 2018 sammeln verschiedene lokale Gastronomen, Vereine, Firmen und Privatpersonen mit. Da unser Projekt ein frühzeitiges Verständnis von Nachhaltigkeit und Unterstützung hilfsbedürftiger fördert, freuen wir uns, dass sich viele Jugendzentren, Schulen und Kitas angeschlossen haben. Weitere Infos und unsere Sammelstellen findet Ihr auf: www.blechwech.de



Sammelstellen (Kisten) befinden hinten in der Herz-Jesu Kirche, im Café Offener Treff und auch im Gemeindebüro.

Altweiberkarneval im Kloster

Um 11:11 Uhr wurde auch im Prämonstratenserkloster der Abtei Hamborn gefeiert.



Terminübersicht März 2025

03.03.2025	KjG Rosenmontagszug
03.03.2025	Tagesstätte (14.30 Uhr - 18.00 Uhr)
04.03.2025	Missionskreis (ab 18:00)
05.03.2025	Heimnachmittag (14:30 bis 16:30)
07.03.2025	Ökumenischer Weltgebetstag
09.03.2025	DOM-Café
10.03.2025	Tagesstätte (14.30 Uhr - 18.00 Uhr)
14.03.2025	Kreuzweg (von der kfd gestaltet)
17.03.2025	Tagesstätte (14.30 Uhr - 18.00 Uhr)
18.03.2025	Missionskreis (ab 18:00)
19.03.2025	Heimnachmittag (14:30 bis 16:30)
22.03.2025	KjG Pippolino
24.03.2025	Tagesstätte (14.30 Uhr - 18.00 Uhr)
31.03.2025	Tagesstätte (14.30 Uhr - 18.00 Uhr)

Vorankündigung - Termin eintragen

Buchlesung mit Pater Tobias und Solistin Linda Piotrowski.

Dienstag, 06.05.2025, um 19.00 Uhr
in der Kirche St. Thomas Morus,
Kempener Allee 70, in Krefeld



Öffnungszeiten der Herz-Jesu Kirche

Mo – Sa 12:00 – 16:00 Uhr und Sonntag 09:00 – 16:00 Uhr

Das Gemeindebüro hat in der Regel geöffnet: Mo bis Fr von 09.00 bis 15.30 Uhr. Durch Krankheit und Urlaub kann es sein, dass das Gemeindebüro nicht besetzt ist. Falls Bescheinigungen oder sonstige Dokumente benötigt werden, wenden Sie sich bitte an das Pfarrbüro in St. Johann (Tel. 0203-44989980).

Herausgeber: Gemeinderat-Team Herz-Jesu Duisburg-Neumühl (Redaktion Tel. 581323)

Aktuelle Berichte aus den Verbänden und Gruppen, E-Mail: tobias@abtei-hamborn.de

Facebook: Kirchbauverein Herz-Jesu **Internet-Adresse:** www.st-johann-duisburg.de